



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

**ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE
KONTROL ODAĞININ İYİ OLUŞ ÜZERİNE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

KEVSER ÖTKÜN

İSTANBUL, 2021



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

**ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE
KONTROL ODAĞININ İYİ OLUŞ ÜZERİNE
ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

**KEVSER ÖTKÜN
(180131022)**

**Danışman
(Prof. Dr. Haşim Ercan ÖZMEN)**

İSTANBUL, 2021

30/ 06/2021

LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ MÜDÜRLÜĞÜNE

Psikoloji Anabilim Dalı'nda 180131022 numaralı Kevser ÖTKÜN'ün hazırladığı “Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Kontrol Odağının İyi Oluş Üzerine Etkisinin İncelenmesi “ konulu Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans tezi ile ilgili Tez Savunma Sınavı, 30/06/2021 Çarşamba günü saat 12:00 'da yapılmış, sorulara alınan cevaplar sonunda adayın tezinin **KABULÜNE** karar verilmiştir.

Düzeltilme verilmesi halinde:

Adı geçen öğrencinin Tez Savunma Sınavı .../.../20... tarihinde, saat ...:.... da yapılacaktır.

Tez Adı Değişikliği Yapılması Halinde: Tez adının
.....
şeklinde değiştirilmesi uygundur.

Jüri Üyesi	Tarih	İmza
(Danışman) Prof. Dr. H. Ercan ÖZMEN	30/06/2021	KABUL
Dr. Öğr. Üyesi Nevin KILIÇ	30/06/2021	KABUL
Prof. Dr. İbrahim BALCIOĞLU	30/06/2021	KABUL

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.

Kevser Ötkün

İmza

TEŞEKKÜR

Lisans ve yüksek lisans eğitimim boyunca bana kattığı tüm akademik, mesleki ve insani değerlerin yanında; tez sürecimin başından beri desteği, bilgisi, ilgisi ve sabrı ile her zaman yanımda olan kıymetli hocam Prof. Dr. Haşım Ercan ÖZMEN'e en derin saygı, teşekkür ve minnetlerimi sunarım. Ayrıca Dr. Öğr. Üyesi Melek ASTAR hocama, lisans, yüksek lisans ve tez dönemim boyunca bana öğrettiği her şey ve kattığı tüm değerler için müteşekkirim.

Evde doğmamla başlayan yaşam mücadelemde beni hayata hazırlayan, her yönüyle örnek aldığım ve desteğini bir an olsun esirgemeyen biricik annem Selma ÖTKÜN'e, bana kendim olma fırsatını sunan ve daima nazımı çeken canım babam Cafer ÖTKÜN'e, sorumluluk almanın ve paylaşmanın en güzel hallerini yaşatan göz bebeğim, kardeşim Muhammet Esat ÖTKÜN'e, her zaman yükümü omuzlayan, güç kaynağım, abim Ahmet Zahit ÖTKÜN'e ve bana kız kardeşlik duygusunu tattıran değerli eşi Rümeysa ÖTKÜN'e hayatımda var oldukları, tüm endişelerimi ve mutluluklarımı paylaştıkları için en kalbi teşekkürlerimi sunuyorum.

Kevser Ötkün

İmza

ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE KONTROL ODAĞININ İYİ OLUŞ ÜZERİNE ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Kevser Ötkün

ÖZET

Bu çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağının iyi oluş üzerindeki etkilerinin incelenmesi amaçlanmıştır. Çalışmaya 18-72 yaş arasında 321 kadın ve 241 erkek olmak üzere toplamda 562 kişi katılmıştır. Çalışma verileri PERMA Ölçeği, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 ve Kontrol Odağı Ölçeği kullanılarak toplanmıştır. Çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağının iyi oluş parametreleri üzerindeki etkilerini belirlemek amacıyla Çoklu Doğrusal Regresyon Modelleri tahmin edilmiştir. Kurulan regresyon modelleri sonuçlarına göre, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı alt boyut puanları PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanını %21, Bağlanma puanını %16, Olumlu İlişkiler puanını %21, Anlam puanını %27 ve Başarı puanını %21 oranında açıklamaktadır. PERMA Ölçeği alt boyutlarının yordanması amacıyla kurulan regresyon modellerinde, Kontrol Odağı Ölçeği alt boyutlarından yalnızca Kişisel Kontrol alt boyutu puanı tüm modellerde anlamlı çıkarken, Young Şema Ölçeği alt boyutlarından ise yalnızca Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması alt boyutu puanı tüm modellerde anlamlı çıkmıştır. Bununla beraber, kurulan regresyon modellerinde farklı Young Şema Ölçeği alt boyut puanları ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut puanları da PERMA Ölçeği alt boyut puanlarının açıklanmasına katkıda bulunmaktadır. Bu çalışmada elde edilen bulgular, ilgili literatür ışığında tartışılmış, klinisyenlere ve araştırmacılara yönelik öneriler sunulmuştur.

Anahtar Kelimeler: iyi oluş, erken dönem uyumsuz şemalar, kontrol odağı

**INVESTIGATION OF THE EFFECTS IN COMPATIBLE EARLY
MALADAPTIVE SCHEMAS AND LOCUS OF CONTROL ON
WELL-BEING**
Kevser Ötkün

ABSTRACT

In this study, it is aimed to examine the effects of early maladaptive schemas and locus of control on well-being. A total of 562 people, 321 females and 241 males, between the ages of 18-72, participated in the study. Study data were collected using the PERMA Scale, Young Schema Scale Short Form-3, and Locus of Control Scale. In the study, Multiple Linear Regression Models were predicted in order to determine the effects of the locus of control on well-being parameters with early maladaptive schemas. According to the results of the predicted regression models, early maladaptive schemas and locus of control sub-dimension coefficients explain the PERMA Scale's Positive Emotions coefficient by 21%, the Engagement coefficient by 16%, the Positive Relationships coefficient by 21%, the Meaning coefficient by 27%, and the Accomplishment coefficient by 21%. In regression models to predict the subscales of the PERMA Scale, on the one hand, only the Personal Control sub-dimension coefficient from the Locus of Control Scale was significant in all models, on the other hand, only the Social Isolation/Insecurity Schema sub-dimension coefficient from the Young Schema Scale sub-dimensions was significant in all models. In addition, different Young Schema Scale sub-dimension coefficients and Locus of Control sub-dimension coefficients in the predicted regression models also contribute to the explanation of PERMA Scale sub-dimension coefficients. The findings obtained in this study were discussed in the light of the relevant literature and suggestions for clinicians and researchers were presented.

Keywords; well-being, early maladaptive schemas, locus of control

ÖNSÖZ

Yaşamın erken dönemlerinde oluşan ve bireyin tüm yaşamı boyunca düşünce, duygu ve davranışlarını şekillendirmede etkili olan erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağının, iyi oluşu olumsuz yönde etkilediği bilinmektedir. Bu çalışmayla erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları ile kontrol odağının alt boyutlarının PERMA iyi oluş alt boyutları üzerindeki etkisinin görülmesi amaçlanmıştır. Bu kavramların bir arada ele alındığı ve her birinin alt boyutları ile çalışıldığı tek çalışma olması sebebiyle literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Ayrıca yapılan tüm işlemlerin tüm grupta ve farklı sosyodemografik gruplarda ayrı ayrı incelenmesi açısından da önem arz etmektedir.

Değerli zamanını ayırarak çalışmaya katkı sağlayan tüm katılımcılara teşekkür ederim.

İÇİNDEKİLER

ÖZET.....	v
ABSTRACT	vi
ÖNSÖZ.....	vii
TABLO LİSTESİ	x
GİRİŞ	1
BİRİNCİ BÖLÜM.....	3
1. KURAMSAL ÇERÇEVE.....	3
1.1. POZİTİF PSİKOLOJİ	3
1.1.1. İyi Oluş.....	4
1.1.2. PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Modeli.....	5
1.1.2.1. Olumlu Duygular	6
1.1.2.2. Bağlanma	6
1.1.2.3. Olumlu İlişkiler	7
1.1.2.4. Anlam.....	7
1.1.2.5. Başarı	8
1.2. ŞEMA KAVRAMI.....	8
1.2.1. Bilişsel Kuram ve Şema Kuramı	10
1.2.2. Bağlanma Kuramı ve Şema Kuramı.....	11
1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri	12
1.2.3.1. Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar	12
1.2.3.2. Erken Dönem Yaşam Deneyimleri	12
1.2.3.3. Duygusal Mizaç	13
1.2.4. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	14
1.2.4.1. Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı	14
1.2.4.2. Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı	15
1.2.4.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	16
1.2.4.4. Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı	16
1.2.4.5. Bastırılmışlık / Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı.....	17
1.2.5. Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri.....	18
1.3. KONTROL ODAĞI	20

1.3.1. İç Kontrol Odağı	21
1.3.1.1. İç Kontrol Odağı Yüksek Kişilerin Özellikleri	21
1.3.2. Dış Kontrol Odağı	23
1.3.2.1. Dış Kontrol Odağı Yüksek Kişilerin Özellikleri	23
1.4. AMAÇ	26
İKİNCİ BÖLÜM	27
2. YÖNTEM	27
2.1. KATILIMCILAR	27
2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI	27
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu	27
2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3	27
2.2.3. PERMA Ölçeği	28
2.2.4. Kontrol Odağı Ölçeği	28
2.3. UYGULAMA	28
2.4. VERİLERİN ANALİZİ	29
2.5. BULGULAR	29
ÜÇÜNCÜ BÖLÜM	120
3. TARTIŞMA	120
SONUÇ VE ÖNERİLER	126
KAYNAKÇA	128

TABLO LİSTESİ

Tablo 1. Sosyo-Demografik Grupların Sayı ve Yüzde Dağılımları.....	29
Tablo 2. Kullanılan Ölçeklerin Alt Boyut Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri	30
Tablo 3. Kullanılan Ölçek Alt Boyutlarının Cronbach Alfa İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları	32
Tablo 4. Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği Alt Boyut Puanları ile PERMA Ölçeği Alt Boyut Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları.	33
Tablo 5. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	36
Tablo 6. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	37
Tablo 7. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	38
Tablo 8. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	39
Tablo 9. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	40
Tablo 10. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	41
Tablo 11. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	43
Tablo 12. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	45
Tablo 13. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	47
Tablo 14. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	49
Tablo 15. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	51
Tablo 16. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	52

Tablo 17. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	54
Tablo 18. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	56
Tablo 19. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	57
Tablo 20. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	59
Tablo 21. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	61
Tablo 22. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	63
Tablo 23. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	65
Tablo 24. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	67
Tablo 25. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	69
Tablo 26. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	71
Tablo 27. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	74
Tablo 28. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	76
Tablo 29. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	79
Tablo 30. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	81

Tablo 31. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	83
Tablo 32. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	85
Tablo 33. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	87
Tablo 34. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	90
Tablo 35. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	92
Tablo 36. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	95
Tablo 37. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	98
Tablo 38. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	101
Tablo 39. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	104
Tablo 40. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	106
Tablo 41. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	109
Tablo 42. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	111
Tablo 43. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	114
Tablo 44. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları	117

GİRİŞ

Pozitif psikolojinin en önemli ve temel kavramlarından olan iyi oluşun, literatürde pek çok farklı tanımı bulunmaktadır. Seligman, iyi oluşu, tek başına oluşmayan ve farklı bileşenlerin bir araya gelmesiyle ortaya çıkan bir kavram olarak tanımlamıştır. “Mutluluk bir ‘şey’ ise, iyi oluş bir ‘yapı’dır.” diyerek, bu kavramı ölçülebilir ve öğretilbilir hale getirmiştir. Seligman iyi oluşun beş bileşenini, olumlu duygular (positive emotions), bağlanma (engagement), olumlu ilişkiler (positive relationships), anlam (meaning) ve başarı (accomplishment) kelimelerinin baş harflerinin bir araya gelmesiyle oluşan PERMA ifadesiyle açıklamıştır (Demirci vd., 2017).

Young ve arkadaşlarının tanımladığı şemalar, genelde ilk yaşam deneyimlerimizi kapsayan, çocukluk döneminde oluşmuş ve etkisini yaşam boyu sürdüren kalıplardır. Şemaların erken dönemde bakım veren kişi ya da kişilerin sebep olduğu olumsuz yaşantılar sonucunda ortaya çıktığı düşünülmektedir (Gör vd., 2017; Özbaş vd., 2012). Young, temel ihtiyaçların karşılanmaması ile oluşan ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve bastırılmışlık/aşırı tetikte olma olmak üzere beş şema alanı ile; terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon/yabancılaşma, kusurluluk/utanç, bağımlılık/yetersizlik, dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik, başarısızlık, haklılık, yetersiz özdenetim/özdisiplin, boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık, karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar, cezalandırılma olmak üzere on sekiz şema tanımlamıştır (Young vd., 2003). Değiştirilmesi güç ve esnek olmayan bu yapılar, bazı yaşam olayları ile tetiklenip kişide duygusal ve psikolojik tahribatlara sebep olabilmekte, ileriye dönük ilişkileri olumsuz etkilemektedir (Özbaş vd., 2012).

Kontrol odağı kavramı ise, kişilerin eylemlerini gerçekleştirirken içsel ya da dışsal motivasyondan hangisine yatkın olduğu ile açıklanmaktadır. Kişiler yaşadıkları durumlar karşısında karşılaştıkları sonuçları yani pekiştireçleri davranışlarıyla ilişkilendirirler. Davranışları ile pekiştireçleri arasında etki-tepki ilişkisi olduğunu düşünen ve başlarına gelen olaylardan kendilerini sorumlu tutan kişiler iç odaklı; davranışları ile pekiştireçleri arasında etki-tepki ilişkisi olmadığını düşünen ve bu pekiştireçleri kader, şans veya kendileri dışında herhangi bir güce atfeden kişiler dış odaklı olarak tanımlanmaktadır (Şahin vd., 2009; April vd., 2012).

Erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağı çocukluk döneminde gelişen katı, değişmesi güç ve gelecekteki ilişkilerimizi, psikolojik durumumuzu ve daha pek çok kavramı etkileyen yapılardır. Bu sabit yapıların daha değişken bir kavram olan iyi oluş üzerine etkisinin incelendiği bu tezde, daha önce bir arada çalışılmayan bu kavramların birbirleri ile ilişkileri incelenecektir. Sosyodemografik farklılıklar da göz önünde bulundurularak sözü edilen değişkenlerin bir arada ele alındığı ve her birinin alt boyutları ile çalışıldığı bir çalışma olmaması sebebiyle literatüre katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

BİRİNCİ BÖLÜM

1. KURAMSAL ÇERÇEVE

1.1. POZİTİF PSİKOLOJİ

Pozitif psikolojinin kurucusu Martin Seligman, psikolojide yaygın olan ve süregelen patoloji odaklı yaklaşımdan uzak bir önleyici yaklaşımı vurgulamıştır (Seligman vd., 2005). Bu yaklaşıma göre, kişinin psikolojisinin güçlendirilmesi, dayanıklılığının artırılması, olumlu kişisel özelliklerinin ön plana çıkarılması ile rahatsızlıkların daha ortaya çıkmadan önlenebileceği öne sürülmektedir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Psikolojideki olumsuz, soruna ve patolojiye odaklanan genel yaklaşımın, bireyin güçlü yönlerini göz ardı ettiği ve sorunları çözmede yetersiz kaldığı düşünülmektedir (Duckworth vd., 2005). Bu anlayışla doğan ve bireyin olumsuz yanlarından ziyade olumlu yanlarına odaklanan pozitif psikoloji, geleneksel klinik psikoloji anlayışının yerine ortaya çıkan bir seçenektir ziyade, onu tamamlayıcı nitelikte bir yaklaşımdır (Watkins, 2016; Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000).

Pozitif psikolojinin temel amacı, mutluluk ve iyi oluş kavramlarını anlamak ve bunları etkileyen faktörleri açıklamaktır. Bu anlamda ilk olarak, kişinin kendi geçmişine dair iyi oluş ve memnuniyet; geleceğine dair umut ve iyimserlik; bugününe dair ise, akış ve mutluluk gibi olumlu kavramlara odaklanır. İkinci olarak, kişinin sahip olduğu kişiler arası ilişki becerisi, sevgi kapasitesi, maneviyat gibi bireysel özelliklerini ele alır. Son olarak ise, başkalarını düşünme, sadakat, iş etiği gibi olumlu duyguları destekleyen kurumlara ve toplumsal örgütlere eğilir. Kısacası, pozitif psikoloji, bireysel güçlü yönlerin ve bireyleri daha iyi olmaya teşvik eden kurumların iyi oluşu destekleyen tüm faktörleri ile ilgilenir (Seligman ve Csikszentmihalyi, 2000; Watkins, 2016).

1.1.1. İyi Oluş

Psikolojide iyi oluş kavramını ilk olarak, Bradburn mutluluk üzerine yaptığı çalışmalarda ele almıştır. Psikolojik iyi oluşu, genel mutluluk anlayışı ve psikolojik açıdan sağlıklı olmanın bütünleşmiş hali olarak tanımlamıştır (Bradburn, 1969). Karmaşık yapıda ve tanımlanması güç olan iyi oluş kavramı, iyi oluşa katkı sağlayan ancak iyi oluşu tek başına tanımlamada yetersiz kalan birçok ögenin birleşimidir (Seligman, 2011). Bu ögelerin belirlenmesini sağlayan psikoloji literatüründeki pek çok araştırmaya göre, iyi oluş, bireyin fiziksel, duygusal ve mental sağlığını doğrudan etkilediği için yaşam kalitesini de etkilemektedir (Aldridge ve McChesney, 2018).

İyi oluş, haz (hedonic/hedonik) ve psikolojik işlevsellik (eudaimonic/ödomonik) olmak üzere iki ayrı perspektifle ele alınmaktadır (Berezan vd., 2019). İyi oluş hedonik yaklaşıma göre, mutluluk ve doyum ile değerlendirilirken, ödomonik yaklaşıma göre, yaşamın nasıl sürdürüldüğü ile anlam ve kendini gerçekleştirme gibi kavramlar üzerinden değerlendirilir (Ryan ve Deci, 2001; Berezan vd., 2019). Ödomonik yaklaşım, bireyin kendini gerçekleştirme potansiyeli üzerinde durur ve kişinin kendi yaşamından memnun olmasından ziyade, yaşamaya değer bir hayat fikrinin olmasının önemini savunur (Waterman, 1993).

Ryan ve Deci (2001), iyi oluşu mutluluk (hedonik) ve insan potansiyeli (ödomonik) üzerinden birlikte ele almıştır. Ancak sonrasında genel iyi oluş, öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramları ortaya çıkmış ve hedonik yaklaşım öznel iyi oluş kavramı ile ödomonik yaklaşım ise psikolojik iyi oluş kavramı ile ele alınmıştır. Genel iyi oluş kavramı ise, öznel iyi oluşun ve psikolojik iyi oluşun öznel bir değerlendirilmesi olarak kabul edilmektedir (Deci ve Ryan, 2008).

Öznel iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramları pek çok ortak yönü olmalarına karşın, bazı noktalarda birbirlerinden ayrılmaktadırlar. Öznel iyi oluş, mutluluk kavramının karşılığı olarak ele alınmış olup, kişinin hayatına dair yaşam doyumunu, iş memnuniyeti gibi durumlara karşı olumlu/olumsuz değerlendirmeleridir. Diğer bir deyişle, bireyin mutlu hissettiği anlarda maruz kaldığı öznel iyi oluş düzeyi ile olumsuz durumlarda hissettiği farklı olabilmektedir. Bu anlamda öznel iyi oluş

düzeinin yaşamdaki olumsuz durumların azaltılmasıyla artabileceği söylenmektedir (Deci ve Ryan, 2008; Carruthers ve Hood, 2004).

Psikolojik iyi oluş ise, kendini kabul, olumlu ilişkiler kurma, özerklik, yaşamda anlam ve amaç, kişisel gelişim gibi değişkenlerden oluşur (Chan vd., 2017; Hofmann vd., 2018). Psikolojik iyi oluş, olumlu/olumsuz duyguların varlığı ya da yaşam doyumunun basit bir birleşiminden ziyade, bireylerin özelliklerini ve yaşama karşı tutumlarını ele alan, duygusal, sosyal ve işlevsel pek çok bileşenden oluşan çok yönlü bir yapıdır (Forgeard vd., 2011; Zümbül, 2019). Carol Ryff, bu alandaki çalışmaların yetersizliğine vurgu yaparak iyi oluşu yeniden yapılandırmış ve altı boyuttan oluşan Psikolojik İyi Oluş Modeli'ni oluşturmuştur (Ryff, 1989a). Bunlar, bireyin geçmişine ve kendisine yönelik olumlu değerlendirmelerini içeren *kendini kabul*, devamlı olarak kendini geliştirme çabası ve arzusunu içeren *kişisel gelişim*, yaşamın amaçlı ve anlamlı olduğu inancını içeren *yaşam amacı*, diğer insanlarla kurulan sağlıklı ilişkileri içeren *olumlu ilişkiler*, bireyin kendi kararlarını kendisinin aldığı, iç denetim yönünü içeren *özerklik ile* bireyin çevresini ve kendi dünyasını yönetmesini içeren *çevresel hakimiyet* alt boyutlarıdır (Ryff ve Keyes, 1995; Ryff, 1989a).

Literatürde tanımlanan bir diğer kavram zihinsel/mental iyi oluş ise, psikolojik işlevlerin etkili olduğu duygusal, bilişsel ve yargısal değişkenlerin tek boyutlu olarak ele alındığı bir yapıdır (Deary vd., 2013). Mutluluk, öznel iyi oluş, zihinsel/mental iyi oluş ve psikolojik iyi oluş kavramları birbirine benzer kabul edilmekte ve birbirlerinin yerine kullanılmaktadır (Cheng ve Furnham, 2002).

1.1.2. PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Modeli

Martin Seligman (2011), iyi oluşu çok boyutlu olarak ele almış ve mutluluk, haz gibi kavramların yanında; anlam, başarı gibi kavramlara da yer vermiştir. Mutluluk bir “şey” ise, iyi oluş “yapı”dır, diyerek bu yapının kendi başınayken değil, ancak kendisine katkı sağlayan diğer değişkenlerin varlığıyla ortaya çıkabileceğini savunmuştur. Bu sebeple, PERMA modelini, hedonik ve ödomonik bakış açısını kapsayacak şekilde inşa etmiştir (Lovett ve Lovett, 2016). Örneğin, öznel iyi oluştan yola çıkarak olumlu duyguları; sosyal ve psikolojik iyi oluş bağlamında olumlu

ilişkileri; psikolojik iyi oluş noktasında ise anlam ve başarı kavramlarını ele almaktadır (Demirci vd., 2017). Seligman'ın kuramı öğretilebilir ve ölçülebilir olan ve İngilizce baş harflerinin kısaltmasından dolayı PERMA adını alan beş bileşen üzerine kurulmuştur. Bu beş bileşen, olumlu duygular (positive emotions), bağlanma (engagement), olumlu ilişkiler (relationships), anlam (meaning) ve başarı (accomplishment)'dır (Seligman, 2011).

1.1.2.1. Olumlu Duygular

Barbara Fredrickson, olumlu duyguları genişletme ve inşa etme kuramında, olumlu duyguların kişinin farkındalığını arttırarak düşünce-eylem dünyasını zenginleştirdiğini öne sürer. Kişi elde ettiği bu zihinsel zenginlikle beraber, memnuniyet, keşfetme arzusu gibi duyguları yaşar. Böylece, fiziksel ve ruhsal sağlığının iyiye gitmesi sonucunda, iyi oluş ve mutluluk düzeyi de atar (Fredrickson, 2004).

PERMA'da ele alınan olumlu duygular, mutluluk, haz, neşe gibi duygulardır. Bu duyguların ne kadar yoğun bir şekilde yaşandığından ziyade, süreklilik arz etmesinin önemli olduğu vurgusu yapılır (Demirci vd., 2017). Olumsuz duyguların kişiyi sınırlandırmasının aksine, olumlu duyguların düşünce dünyasını genişleterek eyleme geçmeyi sağladığı ve bu genişleme sayesinde olumlu duyguların arttığı, yani karşılıklı bir etkileşim olduğu bilinmektedir (Fredrickson ve Joiner, 2002).

1.1.2.2. Bağlanma

Hayattaki akış kelimesi ile birlikte ele alınan bağlanma kavramı, kişinin zamanın nasıl geçtiğinin dahi farkında olmaksızın kendini o an yaptığı işe vermesidir (Butler ve Kern, 2016; Demirci vd., 2017). Belirli bir hedefe odaklanıp içsel motivasyonla ilerlemeyi ve anda kalmayı ifade eden bağlanma, haz ve doyum sağlama noktasında iyi oluşun temel kavramlarından biri kabul edilir. Kişi, akış anında yapılan işe yoğun konsantre olduğu ve genellikle o esnada duyguları ve düşünceleri aktif olmadığı için mutluluk gibi olumlu herhangi bir duygu hissetmez. Yaşanılan anla ilgili olumlu yorumlarını o an değil, yaşandıktan sonra geçmişe dönük şekilde yapar.

Sonuç olarak, bireyin koyduğu hedeflere ulaşması ve kendini geliştirmesi onun mutluluğa ulaşmasını sağlar (Demirci vd., 2017).

1.1.2.3. Olumlu İlişkiler

Sartre'ın "Cehennem başkalarıdır." sözünü eleştiren Seligman, bunun aksine zorlu yaşam deneyimlerinde ve kötü anlarda diğer insanların en iyi ilaç olduğunu ve sığınılacak en güvenli liman olduğunu söyler. İyi oluşa doğrudan olumlu etkisi olduğu bilinen diğerleriyle olumlu ilişki kurma, bu anlamda önemli bir ihtiyaçtır. İnsanlar kendi olumsuz duygularını, endişe yaratan düşüncelerini diğer insanlarla paylaştıkça, bunların farkında olma ve yapabildikleriyle yüzleşme şansı artar. Diğer insanların da karşılıklı paylaşımında bulunmasıyla beraber, benzer zorlukların tüm insanlar için geçerli olduğu gerçeğiyle yüzleşilir ve böylelikle iki taraf için de stres azalmış olur (Tay vd., 2013, Seligman, 2011).

1.1.2.4. Anlam

Anlam, kişinin kendinden daha büyük bir şeye ait hissetmesi ve ona hizmet etme isteği duymasıdır. Kişinin hayatına dair bir amacının olması, kendi hayatının kontrolünü sağlaması ve değerli bir hayat yaşadığını hissetmesi anlam duygusunu açıklamaktadır (Butler ve Kern, 2016). Anlamın kaynağı yalnızca kişinin kendisi tarafından bulunabilir olduğu için öznedir. Baumeister, yaşamda anlamı bulmanın acıyı hafifletmede etkili olduğunu belirtmiş ve ihtiyaç duyulan anlama ulaşabilmek için gerekli dört motivasyon kaynağından bahsetmiştir. Bunlar; bir amaca hizmet ederek yaşamak, değerlere sahip olmak, amaca ve değerlere dönük yaşamak için gerekli öz yeterliliği taşımak ve öz saygıya sahip olmaktır (Baumeister, 1991).

Zika ve Chamberlain (1992)'in yaptığı araştırmalarda, yaşamlarını hayatta bulduğu anlam, bütünlük ve amaç çerçevesinde şekillendiren bireylerin yaşam doyumlarının, iyi oluşlarının ve olumlu duygulanımlarının daha yüksek olduğu görülmüştür. Viktor E. Frankl (2013), kurucusu olduğu logoterapi (anlam terapisi) ile bireylerin hayata dair bir anlam ve değer bulma ihtiyaçlarına işaret eder. Bunun için insanların hayatta sürekli bir anlam bulma arayışında olduklarından bahseder. Steger ve arkadaşları ise, anlamın varlığının, yani anlamı bulmanın anlam arayışından farklı olduğunu vurgulamışlardır. Buna göre, *yaşamda anlamı bulmak*, yaşam doyumunu,

mutluluk ve iyi oluş gibi kavramlarla pozitif yönde ilişkilirken; *anlam arayışı*, kaygı, üzüntü ve korku gibi kavramlarla pozitif yönde ilişkilidir (Steger vd., 2008).

Bireyin, anlamı ve amacı olan bir hayat yaşamaya dair sahip olduğu algı, iyi oluşunun temel bileşenlerinden biridir (Demirci vd., 2017).

1.1.2.5. Başarı

Hem nesnel hem öznel olarak ölçülebilen başarı kavramı, yalnızca elde edilen başarıları değil, öncesinde hedef belirlemeyi ve o hedef doğrultusunda çalışmayı da kapsar. Yani burada yalnızca sonuç odaklı bir başarı kavramından ziyade süreç odaklı bir yaklaşım ile mutluluğa erişmenin önemi vurgulanmaktadır (Bannink, 2017). Hedefe ulaşmada ödül alma, kazanç sağlama, prestij elde etme gibi nesnel çıktılar üzerinde durulmaz. Kişinin gösterdiği çaba ve ulaşabildiği kadarı tatmin ve memnuniyet duygusu için yeterlidir (Kern vd., 2014). Başarı, öz yeterlilik duygusu ile birlikte belirli becerilerde uzmanlaşmayı, günlük sorumluluklarını yerine getirmeyi ve hedefe ulaşmak için çalışma hissini gerektirir (Demirci vd., 2017).

1.2. ŞEMA KAVRAMI

Şema kavram olarak, “yapı, plan, taslak, çerçeve” anlamlarına gelmektedir. Felsefe, matematik, bilgisayar programcılığı, eğitim gibi pek çok farklı alanda tanımlanmakla beraber psikoloji literatüründe de önemli bir yere sahiptir (Young vd., 2003).

Piaget, şemaları davranışları şekillendiren ve uzun süreli belleğin bir parçası olan bilişsel yapılar olarak tanımlamıştır. Beck ise Bilişsel Terapi kuramında bu kavramı, bellekte depolanan, içinde temel inançları barındıran ve kişinin bir uyarana ile karşılaştığında onun incelenmesini, kodlanmasını ve değerlendirilmesini sağlayan bilişsel yapılar olarak tanımlamıştır (Beck, 1967). Diğer bir deyişle şemalar, yaşamın ilk yıllarında ebeveynle, kardeşlerle veya akranlarla olan deneyimlerden kaynaklanan (Cecero ve Young, 2001), kişi farkında olmaksızın oluşan ve yaşam olaylarını yorumlarken ona yol gösteren örtük bilişsel yapılardır (Dimitriu ve Negrescu, 2015). Bu yapılar aynı zamanda, karmaşık birçok uyarının düzenlenmesini sağlama ve uyarıların belirli başlıklar altında toplanıp değerlendirilmesini kolaylaştırma gibi işlevleri ile zihni büyük bir zahmetten kurtarmaktadır (Young vd., 2003).

Şema kavramı Young'ın çalışmalarıyla genişletilip tanım ve içerik bakımından daha zengin hale getirilmiştir. Young, şemaları kişinin yaşamın erken döneminde bakım veren kişi ile yaşadığı etkileşimler sonucu geliştirdiği ve yaşam boyunca karşılaşılan tüm olayları yorumlamada kişiye kılavuzluk eden yapılar olarak tanımlamıştır (Young vd., 2003). Hayatın ilk aylarından itibaren yaşanan deneyimler nöronlar arasında bağlantılar oluşturarak beyinde izler meydana getirmektedir. Tıpkı ayak izleri gibi olan bu bağlantılar, nöronlar arası etkileşim ile üzerinden devamlı olarak geçildiğinde, yani aynı yaşantılar tekrarlandığında, şemaları oluşturmaktadır (Roediger, 2015). Şemalar oluştukları dönemde işlevsel kabul edilebilir olsalar da ilerleyen zamanlarda işlevsiz hale gelebilen yapılar olarak tanımlanmış ve şema kuramı geliştirilmiştir (Kömürcü ve Gör, 2016; Soygüt vd., 2009; Young vd., 2003). Şema kuramı, Bilişsel Terapi, bağlanma kuramı, gestalt yaklaşımı ve nesne ilişkileri kuramı gibi birçok farklı kuramdan harmanlanmış eklektik bir yaklaşımdır (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011; Young vd., 2003).

Psikolojik rahatsızlıkların temelinde “bilişsel çarpıtmalar”ın olduğunu ve bu çarpıtılmış düşüncelerin en temelinde ise “temel inançlar” olarak adlandırılan şemalar olduğunu söyleyen Klasik Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) yaklaşımındaki şema kavramı ile şema kuramındaki oldukça benzerlik göstermektedir (Kırpınar vd., 2014). Beck'in bilişsel kuramının merkezinde yer alan temel inançlar (şemalar) “çaresizlik, sevilmezlik ve değersizlik” olmak üzere üç ana başlık altında toplanmıştır (Gör vd., 2017). Young ise, işlevsiz şemaları detaylandırıp genişleterek beş ana başlık altında on sekiz ayrı şema alanı belirlemiştir (Renner vd., 2012).

Kişilerin duygu ve düşüncelerini etkileyen ve psikolojik rahatsızlıkların oluşmasına zemin hazırlayan şemalar (Kırpınar vd., 2017), Young'a göre, çocukluk ve ergenlik boyunca gelişen, çocuğun çevreye uyum sağlayabilmesi açısından işlevsel olan anıları, duyguları, bilişleri ve bedensel duyumları içeren kalıp ya da örüntülerdir. Hayat boyu sürekli tekrarlayan bu örüntüler bireyin kendilik algısını ve kişilerarası ilişkilerini olumsuz yönde etkilemektedir (Young, 1990; Young vd., 2003).

Erken dönemde oluşan ve değişime dirençli olan şemalar, çeşitli yaşam olayları ile tetiklenebilmekte, uyumlu-uyumsuz, işlevsel veya bozuk işlevli olabilmektedir. Young, kökeni yaşamın erken dönemlerine dayanan ve zaman içerisinde uyumsuz ve işlev bozucu hale gelen şemaları tanımlamak için “erken dönem uyumsuz şemalar” kavramını ortaya atmıştır (Renner vd., 2012; Gör vd., 2017). Bu bağlamda Şema Terapi, Bilişsel Davranışçı Terapi’nin tedavide yetersiz kaldığı durumlarda, psikolojik rahatsızlıkların erken dönem çocukluk deneyimleri ile açıklanabileceği yaklaşımı ile (Young vd., 2003) özellikle kişilik bozuklukları ve bazı kronik bozukluklarının tedavisi için geliştirilmiştir (Ehsan ve Bahramizadeh, 2011; Thimm, 2010).

1.2.1. Bilişsel Kuram ve Şema Kuramı

BDT yaklaşımları günümüzde temel olarak üç ayrı kuşak şeklinde değerlendirilmektedir (Hayes, 2004; Vatan, 2016). Birinci kuşak, davranışların gözlemlenmesine, yorumlanmasına ve değiştirilmesine odaklanan davranışçı yaklaşımlardan oluşmaktadır (Vatan, 2016). Davranışçı yaklaşımlar çıktığında, o dönemde kabul gören Freud’un yaklaşımlarını, insan davranışlarının yalnızca gözlemlenebilir kısımlarının yordanabileceğini ve ampirik dayanağı olmadan yapılan içsel süreç yorumlamalarını eleştirmiş ve iyileşmenin sağlanması için gözlenebilir davranışlara odaklanmak gerektiğini öne sürmüştür (Hayes, 2004).

İlk kuşağın sonlarına doğru nesnel davranışçılık yerini biliş temelli yaklaşımlara bırakmıştır (Vatan, 2016). Bilişsel alanın öncüleri olan Beck (Bilişsel Terapi) ve Ellis (Akılcı Duygusal Davranışçı Terapi), davranışlarda işlevsiz bilişlerin etkili olduğunu savunmuş ve bozuk işlevli bilişlerin tespit edilmesine ve bunların düzeltilmesine odaklanmıştır (Kahl vd., 2012). İkinci kuşak yaklaşımları, bilişin yanında davranışsal müdahalelerin de önemli olduğunu vurgulayarak bilişsel ve davranışçı yaklaşımları tek çatı altında toplamış ve günümüzde en yaygın kullanılan ve işlevsel kabul edilen BDT modeli ortaya çıkmıştır (Hayes, 2004; Kahl vd., 2012),

Son dönemdeki değişim ve gelişimlerle beraber birinci ve ikinci kuşak BDT yaklaşımlarının kapsamının genişletilmesine ihtiyaç duyulmuş ve bu

bağlamda yeni bir davranışçı kuşak ortaya çıkmıştır. Bu yeni üçüncü BDT kuşağında, ilk iki kuşakta vurgulanan davranış ve bilişin yanında duygular da ön plana çıkmıştır (Vatan, 2016; Hayes, 2004). İkinci kuşak yaklaşımlarda düşüncelerin değişiminin duyguları da etkilediği inancıyla birlikte, duygular daha edilgen bir durumdayken, üçüncü kuşak yaklaşımlarda tamamen bağımsız bir olgu olarak ele alınmaktadır. Young'ın Şema Terapisi, Farkındalık Temelli Bilişsel Terapi, Diyalektik Davranış Terapisi ve Biliş Ötesi Terapi bu bağlamda ortaya çıkan ve farkındalık, kabul, inançlar gibi yeni ihtiyaçların da göz önünde bulundurulduğu üçüncü kuşak yaklaşımlardandır (Kahl vd., 2012; Vatan, 2016).

BDT yaklaşımlarının üç kuşak halinde olduğu hipotezinin öne sürülmesine karşın (Hayes, 2004) literatürde, üçüncü bir kuşaktan bahsetmek için henüz erken olduğu, çünkü bu yaklaşımların tam manasıyla birbirinden ayrılmadıkları yönünde eleştiriler de mevcuttur (Brown vd., 2011).

1.2.2. Bağlanma Kuramı ve Şema Kuramı

Bowlby tarafından geliştirilen bağlanma kuramı, erken dönem uyumsuz şemaların kavramsal temelini oluşturmaktadır (Young vd., 2003). Bağlanma, yaşamın erken dönemlerinde, kişinin bakım vereni ile yaşadığı etkileşimler ve onunla geliştirdiği iletişim sonucunda oluşur. Tıpkı şemalar gibi bağlanma tarzları da ilerleyen yıllarda ilişki kurma biçimini etkilemekte ve ilişkilerde belirleyici bir rol oynamaktadır (Mason vd., 2005).

Bowlby'nin kuramına göre, bakım veren kişi ile çocuk arasındaki yaşantılarda, bakım verenin çocuğa verdiği tepkiler ve onun yakınlık isteğine karşı sergilediği davranışlar çocukta bilişsel temsiller olarak kodlanır. Bu bilişsel temsiller, kuramın temelini oluşturur ve “içsel çalışan modeller” olarak adlandırılır. Çocuklukta oluşan içsel çalışan modeller, kişinin kendisiyle ilgili algısını ve bakış açısını oluşturur. Bakım verenden ihtiyaç duyduğu desteği gören çocukların kendilerine dair algıları “sevilmeye değer” şeklinde oluşurken, ihtiyaç duyduğu desteği hiç göremeyen veya tutarsız gören çocuklar ise “sevilmeye değmez” şeklinde içsel çalışan modeller oluşturmaktadır (Morsünbül ve Çok, 2011). İçsel çalışan modeller, kişinin kendilik algısını doğrudan etkilemekte ve ilerleyen yıllarda

oluşabilecek psikopatolojilere zemin hazırlamaktadır. Birey, bakım vereni ile yaşadığı deneyimleri içsel çalışan modeller aracılığıyla depolamakta ve depolanan bu bilişleri erken dönem uyumsuz şemalar aracılığıyla dışarı yansıtmaktadır (Mason vd., 2005).

1.2.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri

Young, bireyin işlevselliğini temelden etkileyen şemaların oluşum sebeplerini üç ana başlık altında toplamıştır. Bunlar; çekirdek duygusal ihtiyaçlar, erken dönem yaşam deneyimleri ve duygusal mizaçtır (Young vd., 2003).

1.2.3.1. Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar

Çekirdek duygusal ihtiyaçlar, evrensel olan ve karşılanmadığında erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına zemin hazırlayan faktörlerin ilkidir. Young, her çocuğun ihtiyaç duyduğu beş temel ihtiyaç alanı belirlemiştir. Bu beş temel ihtiyaç, başkalarına güvenli bağlanma, ihtiyaçlarını ve duygularını ifade edebilme, özerklik, kendiliğindenlik ve oyun ile makul sınırlar ve özdenetimdir (Young vd., 2003). Şema Terapi'ye göre, erken dönemde bu duygusal ihtiyaçlar karşılanırsa çocukta kendisi, diğerleri ve dünya hakkında sağlıklı şemalar gelişirken; karşılanmaması halinde erken dönem uyumsuz şemalar oluşur (Arntz ve Van Genderen, 2014; Young vd., 2003).

1.2.3.2. Erken Dönem Yaşam Deneyimleri

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında etkili bir diğer faktör yıkıcı/toksik çocukluk deneyimleridir. Kişinin erken dönem uyumsuz şemalarının oluşması için büyük bir travmaya maruz kalmasına gerek yoktur. Ebeveyninin yanlış tutum ve davranışlarının devamlılığı ve sürekliliği sonucunda da erken dönem uyumsuz şemalar oluşabilmektedir (Rafaeli vd., 2018; Young vd., 2003). Young, şemaların oluşmasını hızlandıran ve erken dönemde yaşanan toksik yaşam deneyimlerinden özellikle dört tanesini vurgulamıştır:

- *İhtiyaçların Engellenmesi*: Çocuğun sevgi, anlayış, istikrar gibi temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmaması ya da engellenmesi durumudur. Bu durum, çocuğun bakım veren ile güvenli bağlanma

kurmasına engel olur ve duygusal yoksunluk, terk edilme gibi şemaların oluşmasına zemin hazırlar.

- *Travmatizasyon ve Kurbanlaştırma:* Çocuğun güven ihtiyacının karşılanmamasıyla beraber zarar görmesi ve örseleyici deneyimler yaşaması durumudur. Bu durum, güvensizlik, kusurluluk, zarar görmeye karşı dayanıksızlık gibi şemaların oluşmasına zemin hazırlar.
- *İhtiyaçların Aşırı Karşılanması ve Aşırı Koruma:* Çocuğa ihtiyaç duyduğundan fazlasını vererek çocuğu aşırı koruma ve özerklik ihtiyacını hiçe sayma durumudur. Çocuğa aşırı hoşgörölü davranma ve sınır konmaması, hak görme ve bağımlılık gibi şema alanlarının oluşmasına zemin hazırlar.
- *Seçici İçselleştirme ve Önem Verilen Kişi ile Özdeşleşme:* Çocuğun ebeveynini model alarak duygu, düşünce ve davranışlarını içselleştirmesi durumudur. Kimin rol model alınacağı kişiden kişiye farklılık göstermekle beraber model alınan ebeveynin sağlıksız yönleri de içselleştirilir (Young vd., 2003; Rafaeli vd., 2018).

1.2.3.3. Duygusal Mizaç

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında etkili bir diğeri faktör ise, duygusal mizaçtır. Doğuştan gelen ve olaylara verdiğimiz tepkiyi belirleyen mizaç, büyük oranda değiştirilemez olarak kabul edilmekle beraber, çevresel faktörlerden etkilenebilmektedir. Örneğin; utangaç bir çocuk ona sunulan güvenli bir ortamda dışadönük hale gelebilirken; sosyal bir çocuk baskılayıcı bir aile ortamında çekingen hale gelebilmektedir (Young vd., 2003). Duygusal mizaç, erken dönem deneyimleri ve çevre ile etkileşim haline girerek şemaları oluşturmaktadır. Dolayısıyla, ebeveynin çocuğun mizacını nasıl ele aldığı ve buna karşılık nasıl bir yaklaşım sergilediği çok önemlidir (Thimm, 2010).

1.2.4. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young, karşılanmamış duygusal ihtiyaçları göz önünde bulundurarak beş tane şema alanı ve on sekiz tane şema alt alanı oluşturmuştur (Young vd., 2003). Bu alanlar ve içerdiği şemalar:

1.2.4.1. Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı

Bu alan, çocuğun güvenli bağlanma ihtiyacının giderilmediği ve kabul görme, saygı, hoşgörü gibi duygusal ihtiyaçlardan yoksun bırakıldığı durumlarda ortaya çıkan şemaları içermektedir. Çocuğun yetiştirilirken istismar veya ihmale maruz kalmış olması muhtemeldir (Rafaeli vd., 2018). Bu alanda, terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/kötüye kullanılma, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon/yabancılaşıma olmak üzere beş şema alt alanı bulunmaktadır. Bunlardan ilk dördü en zarar verici şemalar olarak değerlendirilmektedir (Young vd., 2003).

Terk Edilme / İstikrarsızlık: Bu şemaya sahip kişiler hayatlarındaki önemli kişilerin ölüm ya da başka bir sebepten kendilerini terk edeceğine ve yalnız kalacaklarına inanırlar (Young ve Klosko, 2018). Ailede ebeveyn kaybı yaşandığında ya da ebeveyn tutumlarında dengesizlik olduğunda bu şema alanı görülebilmektedir (Rafaeli vd., 2018).

Güvensizlik / Kötüye Kullanılma: Bu şemaya sahip kişiler başkalarının tehlikeli olduğuna ve ona zarar vereceğine, onu aldatacağına, kötüye kullanacağına, aşağılayacağına inanırlar (Rafaeli vd., 2018). Fiziksel, duygusal veya cinsel istismara maruz kalındığında ya da alay edilme, aşağılanma, kandırılma, eleştirilme gibi durumlar olduğunda bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003).

Duygusal Yoksunluk: Bu şemaya sahip kişiler değersizlik, yalnızlık ve boşluk hissi içindedirler. İhtiyaçlarının hiçbir zaman karşılanamayacağı inancındadırlar (Young ve Klosko, 2018). Çocuğa gereken ilginin, sevginin verilmediği soğuk aile ortamı olduğunda bu şema alanı görülebilmektedir. Duygusal yoksunluk, bakım (sıcaklık, ilgi, şefkat), empati (anlama, dinleme, duygusuna ortak olma) ve korunma (koruma, yönlendirme) olmak üzere üç başlık altında toplanmıştır (Young vd., 2003).

Kusurluluk / Utanç: Bu şemaya sahip kişiler kendilerini sevmeye layık biri olarak görmezler. Çünkü temelde benliklerinin kusurlu ve yetersiz olduğu inancını

taşırlar. Bu inanca göre, şayet diğer insanlar bu kişilerin kusurlu iç dünyalarını bilselerdi asla onları sevmezlerdi algısı mevcuttur. (Rafaeli vd., 2018). Aşırı eleştirel ve reddedici aile profilinde bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003).

Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerinin hiçbir gruba ait olmadığını düşünür ve diğer insanlarla bir arada olsalar da daima yalnız hissederler. Aile dışındaki sosyal ortamlara girmekten olabildiğince kaçınırlar (Young vd., 2003). Dış dünyadan izole yaşayan ebeveynlere sahip olma veya ailenin toplumdan farklı bir yapıya sahip olması gibi durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young ve Klosko, 2018).

1.2.4.2. Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı

Bu alan, genelde fazla korumacı aile yapılarında çocuğun kişisel alanının hiçe sayıldığı ve onun adına kararlar alındığı durumlarda ortaya çıkan şemaları içermektedir (Rafaeli vd., 2018). Bu alanda, bağımlılık/yetersizlik, dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik, başarısızlık olmak üzere dört şema alt alanı bulunmaktadır (Young vd., 2003).

Bağımlılık / Yetersizlik: Bu şemaya sahip kişiler, edilgen ve kararsız yapıda olmanın yanı sıra, gündelik sorunlar ve sorumluluklar karşısında tek başına karar verme, çözüm üretme gibi becerilere de sahip değillerdir. Genellikle çaresizlik duygusu içindedirler ve her konuda başkalarından yardım beklerler (Young vd., 2003). Çocuğun her türlü kararını onun adına alan, çocuğa sorumluluk vermekten kaçınan, çok fazla yönlendirici ve eleştirel bir tutum sergileyen ebeveyn profili olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Rafaeli vd., 2018).

Dayanıksızlık: Bu şemaya sahip kişiler, ansızın tıbbi (kalp krizi, AIDS'e yakalanma), ruhsal (akıl sağlığını yitirme) veya çevresel (kaza, yangın) kaynaklı bir felakete maruz kalacakları inancına sahiptirler. Aşırı kaygılı ve çocuğu olası tehlikelere karşı sıklıkla uyaran ebeveyn profilinin olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003; Young ve Klosko, 2018).

İç İçe Geçme / Gelişmemiş Benlik: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerine ait bir kimlikleri yokmuşçasına, ancak bağımlılık kurduğu (iç içe geçtiği) kişi ile hayatta var olabildiği algısına sahiptir. Diğer insanlar (çoğunlukla aileleri) ile yoğun duygusal bağımlılık ve yakınlık içerisindedirler. İç içe geçtiği kişi ya da kişiler olmadan eksik,

başarısız ve mutsuz olacaklarına inanırlar (Rafaeli vd., 2018). Endişeli ve çocuklarıyla iç içe geçen ebeveyn profillerinin olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003).

Başarısızlık: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerini diğer insanlara göre daha az yetenekli ya da yetersiz hissettikleri için rekabet gerektiren her türlü alanda başarısız olacaklarını düşünürler. Tutarsız, yüksek standartları olan ya da aşırı eleştirel ebeveyn tutumunun olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young ve Klosko, 2018).

1.2.4.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

Bu alan, aşırı hoşgörölü, çocuğa gereken sınırların çizilmediği ve sorumluluk bilincinin yeterince verilmediği aile ortamında ortaya çıkan şemaları içermektedir. Bu alanda, haklılık ve yetersiz öz denetim/öz disiplin olmak üzere iki şema alt alanı bulunmaktadır (Young vd., 2003).

Haklılık: Bu şemaya sahip kişiler, aşırı talepkar, empati yeteneğinden yoksun, kurallara uymayı reddeden, her istediğini yapan ve her istediğinin yapılmasını bekleyen bireylerdir. Toplum içinde ayrıcalıklı ve üstün olduklarına dair inançları vardır. Çocuğun herhangi bir sınır konmadan yetiştirildiği aile ortamlarında bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003).

Yetersiz Öz Denetim / Öz Disiplin: Bu şemaya sahip kişiler, duygularını ifade etmede ve dürtülerini kontrol etmede güçlük yaşarlar. Sıkıcı buldukları veya zorlandıkları işleri yarıda bırakma ve sorumluluktan kaçınma eğilimindedirler. Aşırı kontrolcü ebeveynin olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young vd., 2003).

1.2.4.4. Diğerleri Yönelimlilik Şema Alanı

Bu alan, çocuğun kendini sevdirebilmek ve kabul edilmek adına sürekli tavizde bulunması ve fedakarlık yapması gerektiği koşullu sevginin olduğu aile ortamında ortaya çıkan şemaları içermektedir. Bu alanda boyun eğicilik, kendini feda, onay arayıcılık olmak üzere üç şema alt alanı bulunmaktadır (Young vd., 2003).

Boyun Eğicilik: Bu şemaya sahip kişiler, başkalarından tepki görmemek, sevilme ve terk edilmemek adına kontrolü hep kendisi dışında birine verirler. Kendilerini herkesin isteğini yerine getirme mecburiyetinde hissederler (Young ve Klosko, 2018). Kendi ihtiyaçlarını (isteklerini, kararlarını) ve duygularını (öfke) bastırma eğilimindedirler. İsteklerinin ve duygularının önemsiz olduğu mesajının sıkça verildiği veya duygusal ihtiyaçlarını ifade etmenin cezalandırıldığı bir aile ortamında bu şema alanı görülebilmektedir (Rafaeli vd., 2018).

Kendini Feda: Bu şemaya sahip kişiler, kendi ihtiyaçlarını hiçe sayarak diğerlerininkini önceleme eğilimindedirler. İhtiyaç duydukları sevgiyi alabilmek, duygusal teması sürdürebilmek ya da suçluluk duygusundan kurtulabilmek için bu şekilde davranmaya mecbur olduklarını düşünürler (Rafaeli vd., 2018). Çocuğun ailede ebeveyn rolüne girip sorumlulukları üstlendiği ya da aşırı verici ebeveyn tutumuna maruz kaldığı durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Roediger, 2009).

Onay Arayıcılık: Bu şemaya sahip kişiler, benlik saygılarını elde edebilmek için başkalarının onayına ve takdirine ihtiyaç duyduğunu düşünmektedir. Para, dış görünüm, sosyal statü, başarı gibi faktörleri diğer insanların onayını almak için birer aracı olarak görürler ve bunlara çok fazla önem verirler (Rafaeli vd., 2011; Young vd., 2003). Toplum tarafından kabul gören ve yüceltilen davranışları çocuğunda görme konusunda aşırı hassas olan ve çocuğuna koşullu sevgi sunan ebeveynin olduğu durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Roediger, 2015).

1.2.4.5. Bastırılmışlık / Aşırı Tetikte Olma Şema Alanı

Bu alan, aşırı talepkar, eleştirel ya da cezalandırıcı aile ortamında ortaya çıkan şemaları içermektedir. Bu alanda, karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar ve cezalandırılma olmak üzere dört şema alt alanı bulunmaktadır (Young vd., 2003).

Karamsarlık: Bu şemaya sahip kişiler, hayatın olumlu yönlerine odaklanmaksızın hayal kırıklığı, acı, ölüm, çözümsüz sorunlar gibi olumsuz yönlerine odaklanma eğilimindedirler. Kendileri ve hayatları ile ilgili olumlu giden durumların da bir şekilde bozulacağını ve olumsuz sonuçlanacağını düşünürler

(Young vd., 2003). Ebeveynin olaylara aşırı kaygılı ve negatif yaklaştığı durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Roediger, 2015).

Duyguları Bastırma: Bu şemaya sahip kişiler, ayıplanmamak, eleştirilmemek ve kontrolü kaybetmemek için öfke, üzüntü, mutluluk, cinsel dürtüler gibi duygularını ve dürtülerini bastırma eğilimindedirler (Young vd., 2003). Soğuk ve mesafeli duran bu kişiler mantıklarıyla hareket etmeyi tercih eder ve duygularını önemsemezler (Rafaeli vd., 2018). Çocuğun kendiliğinden oluşan öfke, üzüntü gibi duygularının ebeveyn tarafından değersizleştirilmesi ya da ayıplanması gibi durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Roediger, 2015).

Yüksek Standartlar: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerine ve diğer insanlara karşı aşırı eleştirel, hata toleransı düşük ve mükemmeliyetçi davranırlar. Her durumda en iyisi olmayı hedefler ve ulaşılması mümkün olmasa dahi kendilerine yüksek beklentiler ve katı kurallar belirlerler (Young vd., 2003). Ebeveynin çocuğa karşı aşırı eleştirel olduğu ve koşullu sevgi verdiği durumlarda bu şema alanı görülebilmektedir (Young ve Klosko, 2018).

Cezalandırılma: Bu şemaya sahip kişiler, sabırsız, hatayı tolere edemeyen ve her hatanın cezalandırılması gerektiğini düşünen, öfkeli ve kindar yapıda insanlardır. Aynı acımasız tutumu kendilerine karşı da göstermektedirler (Young vd., 2003). Ebeveynin çocuğa karşı cezalandırıcı olduğu durumlarda, sosyal öğrenme yoluyla çocuk davranışı içselleştirmekte ve bu şema alanı görülebilmektedir (Roediger, 2015; Arntz ve Jacob, 2011).

1.2.5. Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri

Temel duygusal ihtiyaçları karşılanmayan çocuk, bu durumlarla baş edebilmek için yaşamın erken dönemlerinde bir tepki mekanizması geliştirmekte ve bu mekanizmayı hayatı boyunca sürdürmeye devam etmektedir. Bunlar, her ne kadar şemaların etkinleştiği anlardaki rahatsızlık veren duyguyu geçici olarak ortadan kaldırırsa da uzun vadede şemanın varlığını pekiştirerek kişiye zarar vermektedir (Young vd., 2003).

Şemalarla baş etme biçimleri, erken dönem uyumsuz şemalar ile karıştırılmamalıdır. “Uyumsuz şemalar” kişiyi bir davranışı yapmaya iten içsel tepkiler (duygular ve düşünceler gibi) iken, “şemalarla baş etme biçimleri” kişinin olaylara verdiği davranışsal tepkilerdir. Her insanın olaylara yaklaşımı ve başa çıkma biçimleri birbirinden farklıdır. Dolayısıyla, aynı şemaya sahip kişilerde farklı davranışlar görülmesinin sebebi, farklı başa çıkma biçimlerine sahip olmalarıdır (Young vd., 2003).

Young, şemalarla başa çıkmada üç yöntem belirlemiştir. Bu yöntemler, Freud’un savunma mekanizmalarından “savaşma, kaçma ve donakalma” tepkileri ile benzerlik göstermektedir (Rafaeli vd., 2018).

- a) *Şema Teslimi*: Başa çıkma yönteminin adından da anlaşılacağı üzere, kişi yaşadığı olaylarda aktive olan şemalarının farkındadır ancak buna karşın hiçbir şey yapmamayı tercih eder. Durumu kabullenmiş ve uyum sağlamış halde kendisini olayın akışına bırakır. Genellikle diğerleri yönelimlilik alanındaki şemaya sahip kişilerin bu başa çıkma tekniğini kullandığı görülmektedir (Young ve Klosko, 1999; Rafaeli vd., 2018).
- b) *Şema Kaçınması*: Şema kaçınması yöntemini kullanan kişi, erken dönem uyumsuz şemalarına sahip değilmiş gibi davranarak kaçma ve kaçınma hali içindedir. Erken dönem uyumsuz şemalarının sebep olacağı duygusal zorlanmalardan kurtulmak için bu şemaları ile yüzleşmeyi reddetmekte ve onlar yokmuşçasına kontrollü bir hayat sürdürmektedir (Young vd., 2003; Young ve Klosko, 2018).
- c) *Şema Aşırı Telafisi*: Şema aşırı telafisi yöntemini kullanan kişi, telafi duygusuyla sahip olduğu erken dönem uyumsuz şemalarının tam tersi şekilde düşünme ve davranma eğilimindedir. Kendisini eksik ya da zayıf gördüğü tüm alanlarda mükemmel olmayı hedeflemektedir. Eleştirilmemek adına sürekli eleştiren ya da terk edilmemek için karşısındakileri terk eden kişilerin davranışları buna örnek olarak verilebilir (Rafaeli vd., 2018).

1.3. KONTROL ODAĞI

Literatürde, “denetim odağı” olarak da kullanılan kontrol odağı kavramı, ilk kez Julian Rotter (1966) tarafından ortaya atılmıştır. En genel tanımıyla kontrol odağı, bireyin sergilediği tüm davranışların sebeplerinin ve sonuçlarının, ya kendi kontrolünde ya da dış faktörlerin kontrolünde gerçekleştiğine dair genel inancıdır. Başka bir deyişle, kişinin kendi hayatının kontrolünü kendinde görmesi ve yaşadıklarının sorumluluğunu alması veya bunları dış bir nedene atfederek hayatının kontrolünün kendinde olmadığını düşünmesidir (Rotter, 1966). Gardner ve Warren (1978), kontrol odağını, kişinin davranışlarının sorumluluğunu alma becerisi olarak tanımlarken, Skinner (1996), “kendine yeterlilik, öğrenilmiş güçlülük, nedensel yükleme ve öz kontrol” gibi kavramlarla açıklamıştır.

Kontrol odağı kavramı, Albert Bandura'nın sosyal öğrenme kuramı çerçevesinde yapılandırılmış olup, bireyin davranışlarının kendisi tarafından mı belirlendiğini, yoksa çevresel faktörlere göre mi şekillendiğini açıklar. Davranışçı kuramlar, davranışın ardından gelen pekiştirecin, davranışın tekrarlanma ihtimalini arttırdığını öne sürer. Ancak edimsel koşullama deneylerinde, bu pekiştireçlerin her zaman davranışın yinelenmesini sağlamadığı görülmüştür. Bu sonuca dayanarak, kişinin davranış ve ardından gelen ödül/ceza (pekiştireç) ile arasında kurduğu ilişkinin önemli olduğu ortaya çıkmıştır. Bu ilişki, kişinin davranışın sonucu olarak kendini ya da şans, kader, talih gibi bir dış faktörü etkili görmesidir (April vd., 2012; Rotter, 1966).

Sosyal öğrenme kuramındaki pekiştirmeler, beklentiler ve çevresel faktörler kontrol odağı kavramının gelişmesinde etkili olmuştur. Ancak Rotter'a göre (1954), özellikle kişinin davranışının ne olacağına ilişkin geliştirdiği *beklentiler*, kontrol odağı ile doğrudan ilişkilidir. Rotter, bir kişilik özelliği olarak ele aldığı kontrol odağı kavramını öğrenme kuramıyla açıklamıştır. Buna göre insanlar, çocukluğunda yaptığı davranışların karşılığında aldıkları ödül veya cezaya göre bir beklenti içine girmektedir. Bu beklenti, hayat boyu davranışlarını şekillendirmede rol oynayacak olan denetim gücünün, kendisinde ya da dış faktörlerde olduğuna dair inancıdır. Sonuç olarak, kişi eğer kendi davranışları ile davranış sonucunda elde ettiği ödül/ceza arasında bir ilişki olduğuna inanıyorsa iç odaklı; eğer kendi davranışları ile

davranış sonucunda elde ettiği ödül/ceza arasındaki ilişkinin kader, şans gibi dış faktörlerin denetiminde olduğuna inanıyorsa dış odaklı olarak tanımlanır (Spector vd., 2002; Krause ve Stryker, 1984).

Rotter (1966), kontrol odağını *iç kontrol odağı* ve *dış kontrol odağı* olarak ele almıştır. İç kontrol odağı, bireyin yaşadığı tüm olayların sorumluluğunun kendisinde olduğuna dair inancıdır. Dış kontrol odağı ise, bireyin yaşadığı tüm olayların şans, kader, diğer insanlar gibi dış faktörlerden kaynaklı olduğuna dair inancıdır (akt. Budak, 2005).

Kontrol odağı kavramı, bir kişilik özelliği olarak ele alınmaktadır. Ancak Rotter, bunun bir tipoloji olmadığını özellikle vurgulamış ve mutlak bir iç ya da dış odaklılığın mümkün olmadığını belirtmiştir. Buna göre, bu kavram bir doğru üzerinde düşünüldüğünde, kişi, iç ve dış odaklılığın iki ucundan birine yakın olmasına göre tanımlanır (Rotter, 1966). Özellikle ebeveyn tutumu gibi çevresel faktörler, kişinin hangi uca daha yakın olacağını belirlemede etkili olmaktadır (Rotter vd., 1972). Örneğin; birey, yaşamın ilk yıllarından bağımsızlığını elde ettiği döneme kadar dış kontrol odaklı olma eğilimindeyken, özgürlüğünü elde etmesiyle birlikte kontrol odağı, dıştan içe doğru kayma eğilimindedir. Bununla beraber, kişiler farklı olaylar karşısında farklı odak noktalarına göre tepkiler verebilmektedir. Örneğin; yakalandığı bir hastalığı dışsal nedene atfederek tedaviyi reddeden bir kişi, sınavdan elde ettiği başarıyı kendisine atfederek iç odaklı davranma eğilimi gösterebilmektedir (Fournier ve Jeanrie, 2003).

1.3.1. İç Kontrol Odağı

İç kontrol odağı, kişinin yaşadığı olayları ve karşılaştığı sonuçları kendi davranışlarının bir sonucu olarak görmesi ve bunların gerektirdiği sorumluluğu alması olarak tanımlanır (Rotter, 1966).

1.3.1.1. İç Kontrol Odağı Yüksek Kişilerin Özellikleri

- Kendi davranışları ile olayları değiştirebileceğine inandıkları için daha fazla çaba harcar ve sorumluluk alırlar.

- Yaşadıkları olayların iyi veya kötü sonuçlanması fark etmeksizin sorumluluk bilinciyle hareket eden bu kişilerin, öz saygısı yüksek ve başarılı oldukları bilinmektedir (Akbolat vd., 2011).
- Çevreden gelen dış uyaranlardan kolay etkilenmezler ve direnç gösterirler. Örneğin; inandıkları bir hedef uğruna çabalarken dışarıdan gelen olumsuz bir durum karşısında moralleri bozulmaz, aksine hedeflerine daha sıkı tutunurlar.
- Elde ettikleri başarılarını kendi becerilerine atfettikleri için daha özgüvenlidirler (Dönmez, 1986).
- Olumlu benlik algısına sahip olan iç odaklı kişiler, engellenme karşısında tepki gösterirler.
- Olayların sonuçlarını değiştirebileceklerine inandıkları için daha azimli, aktif ve çalışkan kişilerdir.
- Gelişime ve değişime açık olan bu kişiler, risk almaktan korkmazlar ve atılgan davranırlar (Tümkiye, 2000).
- Problemler karşısında diğerlerini suçlamak yerine özeleştiri yaparlar ve çözüm odaklı yaklaşırlar.
- Sağlıklı, enerjik, bağımsız ve içsel motivasyonlulardır.
- Diğerleri yönelimlilik daha az olduğu için duygularını ifade etme noktasında daha rahat davranırlar ve daha az onay ihtiyacı duyarlar (Basım ve Şeşen, 2008).
- Organize etme, yönetme, özgün fikirler üretme ve yaratıcılık noktasında yetenekli kişilerdir (Thomas vd., 2011).
- Kişilerarası ilişkileri, sosyal becerileri, iletişim becerisi ve liderlik yönü güçlü olan bu kişilerin yaşam doyumları daha yüksektir (Thomas vd., 2011; Tümkiye, 2000).
- İç odaklı kişilerin stresle baş etme güçleri yüksektir. Daha az nevrotik ve psikosomatik belirtiler göstermektedirler.

- Psikolojik sağlamlık, psikolojik iyi oluş, olumlu benlik algısı düzeyleri daha yüksektir (Thomas vd., 2011; Basım ve Şeşen, 2006).
- Hedef belirleme ve bu hedefe ulaşma noktasında dirençli, çabuk pes etmeyen, tuttuğunu koparan kişilerdir.
- Duygusal anlamda daha dengeli, tutarlı ve uzlaşmacıdırlar (Yeşilyaprak, 2006).
- Sağlıklarına önem verirler ve iyileşme süreçlerinin de çabalarından etkileneceğine inandıkları için tedaviyi uygulamada daha istekli ve başarılıdırlar (Dönmez, 1986). Ancak bazı sağlık durumlarında dış odaklı olmanın da bu anlamda işlevsel olduğu görülmüştür (Wallston vd., 1978).
- Olaylara ve durumlara eleştirel bakabilir, açık görüşlü ve meraklı bir yaklaşım sergilerler.
- Aşırı uca kayan i odaklı kişiler, kontrol edemeyecekleri durumlar karşısında da aşırı efor harcayabilir ve gerekdış hayaller peşinde koşabilirler. Kabullenme duygusundan uzak bu davranış kişide hayal kırıklığı yaratacağı için kendine dair algısını olumsuz yönde etkileyecektir. Ayrıca bu kişiler, aşırı kontrolcü olabildikleri için romantik ilişkilerinde aşk, tutku, bağlılık gibi duyguları daha az yoğun yaşamaktadırlar (Solmuş, 2004).

1.3.2. Dış Kontrol Odağı

Dış kontrol odağı, kişinin yaşadığı olayları ve karşılaştığı sonuçları kendisi dışında Tanrı, şans, kader, talih, kısmet, başkaları gibi herhangi bir dış güce atfetmesi ve bunların gerektirdiği sorumluluğu kendi üzerine almaması olarak tanımlanır (Rotter, 1966).

1.3.2.1. Dış Kontrol Odağı Yüksek Kişilerin zellikleri

- Kendilerini kurban olarak görme ve mağdur psikolojisine girme eğilimleri yüksektir.
- Daha şüpheci, kaygılı, depresif, karamsar ve saldırgan kişilerdir.

- Olay ve durumları değiştirebileceklerine dair inançları zayıf olduğu için savunma mekanizmalarını kullanmaya daha yatkınlardır.
- Dogmatik, esnemez ve katı yaklaşım içindelerdir.
- Kendilerine ve çevrelerine dair farkındalık düzeyleri düşüktür; yeteneklerinin farkında değillerdır (Solmuş, 2004; Yeşilyaprak, 2006).
- Olayların akış yönünü ve çevrelerini değiştiremeyeceklerine inanırlar. Bu yüzden daha edilgen yapıda ve düşük beklentide kişilerdir.
- Dışarıdan gelen herhangi bir müdahale veya uyarı karşısında direnç göstermek yerine boyun eğmeyi tercih ederler.
- Başarısızlıklarının sonucunda etraftaki dikkat dağıtıcı uyaranlara varana kadar dış faktörleri suçlama eğilimindedir (Dönmez, 1986).
- Psikolojik uyumsuzluk, saldırganlık, depresyon ve anksiyete düzeyleri daha yüksektir (Dağ, 1992).
- Yaşam doyumları ve olumlu benlik algıları daha düşüktür (Büyükgöze-Kavas, 2014; Abu-Bader vd., 2002).
- Olaylar karşısında pasif bir tavır sergileyen bu kişiler, duygularını ifade etmede yetersiz kalmaktadır.
- Çevrelerindeki insanların ya da kendileri dışındaki faktörlerin süreç ve sonuçta etkili olduğu inancı hakim olduğu için sürekli onay ihtiyacı içindelerdir.
- Kaderci olan bu kişilerin, geleceğe yönelik plan yapma, hedef koyma ve bu doğrultuda çaba gösterme eğilimleri zayıftır.
- Karar verme ve problem çözme gerektiren durumlarda tedirgin olur, sorumluluk almaktan rahatsızlık duyarlar (Dağ, 1992).
- Büyü, şans gibi güçlere ve olağanüstü varlıklara inanma eğilimleri yüksektir.

- Özgüven ve öz saygısı düşük olan bu kişiler, kendilerini daima ikinci plana atmakta ve diğer insanların ihtiyaçlarına, düşüncelerine ve davranışlarına odaklanmaktadır.
- Değişimden hoşlanmaz ve değişime karşı dirençli davranırlar. Kendileri de yaşamlarını ve çevrelerini değiştirmek için herhangi bir çaba göstermezler, çünkü zaten kendilerince böyle bir güce sahip olmadıklarına inanırlar (Rotter vd., 1972; Yeşilyaprak, 2004; Cüceloğlu, 2003).
- Dış kontrol odaklı kişiler yüksek tansiyon ve yüksek kalp krizi riski taşımaktadır.
- Olumsuz benlik algısına sahip bu kişilerin hem kendilerine hem diğer insanlara güveni azdır (Dönmez, 1986).
- Toplum baskısından korkar ve çok çabuk etkilenirler. Tüm kurallara sorgusuzca uyarlar.
- Dış kontrol odaklı kişiler, yaşadıkları olayların diğer insanlar gibi somut etkilerden kaynaklandığına inandıkları durumlarda bunu değiştirebilmek için belli düzeyde çaba gösterirler; Tanrı, kader, şans gibi soyut etkilerden kaynaklandığına inandıkları durumlarda ise, durumu kabullenir ve çabalamaya girmezler (Cüceloğlu, 2003).
- Kendilerini genelde özgür hissetmezler ve dış güçlerin esiri olduklarını düşünürler (Dilmaç, 2008).
- Elde ettikleri başarıları küçümseme ve değersizleştirme eğilimleri vardır.
- Psikopatolojilere yatkın kişilerdir (Dilmaç, 2008; Solmuş, 2004).
- Kısa vadeli plan yapmayı uzuna göre tercih ederler.
- İçedönük, çekimser ve pasif özellikte olan bu kişilerin şanssız olduklarına dair inançları vardır.

Literatürde, iç odaklılık olumlu kişilik özelliği olarak tanımlanırken, dış odaklılık için bunun tersi geçerlidir. İç odaklı ve dış odaklı gruplar keskin çizgilerle

birbirinden ayrılmamaktadır. Nitekim insanların iç odaklı veya dış odaklı olma eğilimlerinin bazı durum ve ortamlarda değişkenlik gösterebildiği çalışmalar mevcuttur. Burada kişinin iç odaklı ve dış odaklı eğilimden hangisine daha yakın olduğunu bilmesi ve bu anlamda kendini geliştirmeye yönelik davranması, kendi sağlıklarına ve dolayısıyla toplumsal sağlığa da katkıda bulunacaktır (Dilmaç, 2008; Kırıl, 2012; Cüceloğlu, 2003).

1.4. AMAÇ

Bu çalışmada, çocukluk döneminde oluşan, gelecekteki ilişkilerimizi ve davranışlarımızı şekillendirmede aktif rol oynayan, değişmesi güç erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı yapılarının, iyi oluş üzerine etkisinin incelenmesi amaçlanmıştır. İyi oluş kavramı PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Modeli'ne göre ele alınmış ve Olumlu Duygular, Bağlanma, Olumlu İlişkiler, Anlam ve Başarı alt boyutları ile çalışılmıştır. Temel amaç olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağı alt boyutlarının PERMA alt boyutları ile ele alınarak etkisinin görülmesi hedeflenmiştir. İkincil amaç olarak ise, erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağı alt boyutlarının PERMA alt boyutları üzerindeki etkisi farklı sosyodemografik gruplarda incelenmiştir.

İKİNCİ BÖLÜM

2. YÖNTEM

2.1. KATILIMCILAR

Çalışmaya 18-72 yaşları arasında (ort.=35,73±11,448 yıl) 321 (%57,1) kadın ve 241 (%42,9) erkek olmak üzere toplamda 562 kişi katılmıştır. Katılımcıların %35,6'sı (n=200) bekar, %61,4'ü (n=345) evli, %2'si (n=11) boşanmış ve %1,1'i (n=6) duldur. Katılımcıların %5,5'i (n=31) gelir durumunu kötü, %65,3'ü (n=367) orta, %29,2'si (n=164) iyi olarak belirtmiştir. Lise ve altında eğitim düzeyine sahip olan katılımcılar çalışmanın %15,5'ini (n=87), üniversite düzeyinde olanlar %61,7'sini (n=347), üniversite üstünde eğitim düzeyine sahip olanlar ise %22,8'ini (n=128) oluşturmaktadır. Katılımcıların %16,5'i (n=93) anne tutumunu baskıcı-otoriter, %5,9'u (n=33) ilgisiz, %44,1'i (n=248) demokratik, %33,5'i (n=188) aşırı koruyucu olarak belirtmiştir. Baba tutumunu ise, katılımcıların %22,2'si (125) baskıcı-otoriter, %13,7'si (n=77) ilgisiz, %48,8'i (n=274) demokratik, %15,3'ü (n=86) aşırı koruyucu olarak belirtmiştir.

2.2. VERİ TOPLAMA ARAÇLARI

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Çalışmaya katılanların cinsiyet, yaş, medeni durum, eğitim durumu, gelir durumu, anne tutumu ve baba tutumu gibi sosyodemografik özelliklerine ait bilgi elde etmek amacıyla araştırmacı tarafından oluşturulan kişisel bilgi formu kullanılmıştır.

2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

90 maddeden oluşan Young Şema Ölçeği Kısa Form-3, erken dönem uyumsuz şemaların belirlenmesine yarayan bir öz bildirim ölçeğidir (Young vd.,

2003). Ölçeğin geçerlik ve güvenirlik çalışmaları Soygüt ve arkadaşları tarafından yapılmış ve Türkçe formu için beş şema alanı ile bunların altında on dört şema alt boyutu belirlenmiştir. “Benim için tamamıyla yanlış” ve “Beni mükemmel şekilde tanımlıyor” arasındaki seçenekleri içeren altılı likert tipi ölçektir (Soygüt vd., 2009).

2.2.3. PERMA Ölçeği

Çok boyutlu iyi oluş modellerinden biri olan Seligman’ın PERMA yaklaşımını temel alan PERMA Ölçeği, Olumlu Duygular, Bağlanma, Olumlu İlişkiler, Anlam ve Başarı olmak üzere beş alt boyuttan oluşmaktadır. Bu alt boyutlara ek olarak sağlık ve olumsuz duygular da eklenmiştir. On beş iyi oluş ölçen, sekiz dolgu maddesi olmak üzere toplamda yirmi üç maddeden oluşmaktadır. 7., 12., 14. ve 20. maddeler ters yönlü olarak puanlanmaktadır. Ölçekten hem genel toplam puan hem de alt boyutlardan elde edilen yüksek puanlar iyi oluşun yüksekliğini göstermektedir (Demirci vd., 2017).

2.2.4. Kontrol Odağı Ölçeği

İhsan Dağ tarafından geliştirilen ölçek, 47 maddeden oluşmaktadır. Kişisel Kontrol, Şansa İnanma, Çabalamanın Anlamsızlığı, Kadercilik ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı olmak üzere beş alt boyutu ölçmektedir. İç kontrol odağını ölçen 18 madde ve dış kontrol odağını ölçen 29 madde bulunmaktadır. “Hiç uygun değil” ve “Tamamen uygun” arasındaki seçenekleri içeren beşli likert tipi ölçektir. İlgili alt boyutlardan alınan yüksek puanlar, o alt boyutun ölçtüğü özelliğin düzeyinin yüksek olduğuna işaret etmektedir (Dağ, 2002).

2.3. UYGULAMA

Çalışmanın verileri, internet ortamında çevrim içi olarak toplanmıştır. Oluşturulan formların cevaplandırılma süresi ortalama 15 dakika olarak hesaplanmış ve bu bilgi ön bilgilendirme metninde katılımcılara sunulmuştur. Çalışma gönüllülük esasıyla yürütülmüştür. Katılımcılardan kimlik bilgisi alınmamış ve verilerin bireysel şekilde kullanılmayacağı bilgisi önceden paylaşılmıştır. Veri toplama işlemi, 2021 yılı mart-nisan ayları içerisinde toplam 20 günlük sürede gerçekleştirilmiştir. Çalışma öncesinde oluşturulan anket formları FSMVÜ Etik Kurulu’na sunulmuş ve araştırma taslağı kurul tarafından uygun bulunmuştur.

2.4. VERİLERİN ANALİZİ

Verilerin analizinde, sosyodemografik grupların sayı ve yüzde dağılımları ile birlikte ölçek alt boyut puanlarının betimleyici istatistikleri belirlenmiştir. Ayrıca ölçek alt boyutlarının iç tutarlılık güvenirlik katsayılarını belirlemek amacıyla güvenirlik analizi, bağımsız değişkenler ile bağımlı değişkenler arasındaki ilişkileri belirlemek amacıyla korelasyon analizi ve bağımsız değişkenlerin bağımlı değişkenleri yordama işleminde ise çoklu doğrusal regresyon analizleri yapılmıştır. Diğer taraftan, çalışmada kullanılan ölçek alt boyutlarının normallik değerleri incelenmiştir. Normal dağılım göstermeyen alt boyutların diğer ölçüleri incelenmiş ve aritmetik ortalama, mod ve medyan değerlerinin birbirine yakın olduğu, eğiklik ve basıklık değerlerinin standart hataya bölünmesi sonucunda elde edilen değerlerin ± 2 aralığında olduğu gözlenmiştir. Bu doğrultuda da verilerin analizinde parametrik testlerin kullanılması uygun bulunmuştur.

2.5. BULGULAR

Tablo 1. Sosyo-Demografik Grupların Sayı ve Yüzde Dağılımları

Değişken	Gruplar	n	%
Cinsiyet	Kadın	321	57,10
	Erkek	241	42,90
Medeni Durum	Bekar	200	35,60
	Evli	345	61,40
	Boşanmış	11	2,00
	Dul	6	1,10
Gelir Durumu	Kötü	31	5,50
	Orta	367	65,30
	İyi	164	29,20
Yaş	18-25 Yaş Grubu	124	22,10
	26-30 Yaş Grubu	114	20,30
	31-40 Yaş Grubu	132	23,50
	41 ve Üstü Yaş Grubu	192	34,20
Eğitim Durumu	Lise ve Altı Grubu	87	15,50
	Lisans Grubu	347	61,70
	Lisansüstü Grubu	128	22,80
Anne Tutumu	Baskıcı-Otoriter	93	16,50
	İlgisiz	33	5,90
	Demokratik	248	44,10
	Aşırı Koruyucu	188	33,50
Baba Tutumu	Baskıcı-Otoriter	125	22,20
	İlgisiz	77	13,70
	Demokratik	274	48,80
	Aşırı Koruyucu	86	15,30
Toplam		562	100

Katılımcıların 321'i (%57,10) kadın, 241'i (%42,90) erkek; 200'ü (%35,60) bekar, 345'i (%61,40) evli, 11'i (%2) boşanmış ve 6'sı (%1,10) dul; 124'ü (%22,10) 18-25 yaşları arasında, 114'ü (%20,30) 26-30 yaşları arasında, 132'si (%23,50) 31-40 yaşları arasında ve 192'si (%34,20) 41 ya da üstü yaşıdadır. Ayrıca katılımcıların 31'i (%5,50) gelir durumunun kötü, 367'si (%65,30) orta ve 164'ü (%29,20) iyi; 87'si (%15,50) eğitim durumunun lise veya altı, 347'si (%61,70) lisans, 128'i (%22,80) lisansüstü; 93'ü (%16,50) anne tutumunun baskıcı-otoriter, 33'ü (%5,90) ilgisiz, 248'i (%44,10) demokratik ve 188'i (%33,50) aşırı koruyucu; 125'i (%22,20) baba tutumunun baskıcı-otoriter, 77'si (%13,70) ilgisiz, 274'ü (%48,80) demokratik ve 86'sı (%15,30) aşırı koruyucu olduğunu belirtmiştir (Bkz. Tablo 1).

Tablo 2. Kullanılan Ölçeklerin Alt Boyut Toplam Puanlarının Betimleyici İstatistik Değerleri

Puanlar	En Küçük Değer	En Büyük Değer	Ort.	Ss
(P)Olumlu Duygular	1,00	30,00	21,78	4,73
(E)Bağlanma	8,00	30,00	22,53	4,27
(R)Olumlu İlişkiler	6,00	30,00	21,42	4,37
(M)Anlam	3,00	30,00	22,30	4,68
(A)Başarı	3,00	30,00	21,91	4,42
Kişisel Kontrol	18,00	87,00	50,05	12,33
Şansa İnanma	11,00	48,00	29,34	5,88
Çabalamanın Anlamsızlığı	10,00	50,00	22,52	6,56
Kadercilik	3,00	15,00	10,92	2,79
Adil Olmayan Dünya İnancı	5,00	25,00	10,73	3,50
Duygusal Yoksunluk Şeması	5,00	30,00	10,04	5,37
Başarısızlık Şeması	6,00	36,00	12,10	6,03
Karamsarlık Şeması	5,00	30,00	11,16	5,76
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması	7,00	42,00	15,98	7,29
Duyguları Bastırma Şeması	5,00	30,00	11,06	5,55
Onay Arayıcılık Şeması	6,00	36,00	18,02	6,60
İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması	9,00	54,00	16,98	8,90
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması	7,00	42,00	20,76	7,34
Kendini Feda Şeması	5,00	30,00	14,76	5,73
Terk Edilme Şeması	5,00	30,00	8,91	4,92
Cezalandırılma Şeması	6,00	36,00	19,41	6,61
Kusurluluk Şeması	6,00	36,00	10,18	5,62
Tehditler Karşısında Dayanısızlık Şeması	5,00	30,00	10,92	5,40
Yüksek Standartlar Şeması	3,00	18,00	8,57	3,94

PERMA Ölçeği, Kontrol Odağı Ölçeği ve Young Şema Ölçeği alt boyutlarının betimleyici istatistikleri incelenmiştir. PERMA Ölçeği Olumlu Duygular alt boyutundan en düşük 1,00 ve en yüksek 30 puan (ort.=21,78±4,73), Bağlanma alt boyutundan en düşük 8 ve en yüksek 30 puan (ort.=22,53±4,27), olumlu ilişkiler alt boyutundan en düşük 6,00 ve en yüksek 30 puan (ort.=21,42±4,37), Anlam alt boyutundan en düşük 3,00 ve en yüksek 30 puan (ort.=22,30±4,68) ve Başarı alt boyutundan en düşük 3,00 ve en yüksek 30 puan (ort.=21,91±4,42) alınmıştır.

Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol alt boyutundan en düşük 18 ve en yüksek 87 puan (ort.=50,05±12,33), Şansa İnanma alt boyutundan en düşük 11 ve en yüksek 48 puan (ort.=19,34±5,88), Çabalamanın Anlamsızlığı alt boyutundan en düşük 10 ve en yüksek 50 puan (ort.=22,52±6,56), Kadercilik alt boyutundan en düşük 3 ve en yüksek 15 puan (ort.=10,92±2,79) ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 25 puan (ort.=10,73±3,50) alınmıştır.

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=10,04±5,37), Başarısızlık şeması alt boyutundan en düşük 6 ve en yüksek 36 puan (ort.=12,10±6,03), Karamsarlık şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=11,16±5,76), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması alt boyutundan en düşük 7 ve en yüksek 42 puan (ort.=15,98±7,29), Duyguları Bastırma şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=11,06±5,55), Onay Arayıcılık şeması alt boyutundan en düşük 6 ve en yüksek 36 puan (ort.=18,02±6,60), İç İç Geçme/Bağımlılık şeması alt boyutundan en düşük 9 ve en yüksek 54 puan (ort.=16,98±8,90), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim şeması alt boyutundan en düşük 7 ve en yüksek 42 puan (ort.=20,76±7,34), Kendini Feda şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=14,76±5,73), Terk Edilme şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=8,91±4,92), Cezalandırılma şeması alt boyutundan en düşük 6 ve en yüksek 36 puan (ort.=19,41±6,61), Kusurluluk şeması alt boyutundan en düşük 6 ve en yüksek 36 puan (ort.=10,18±5,62), Tehditler Karşısında Dayanısızlık şeması alt boyutundan en düşük 5 ve en yüksek 30 puan (ort.=10,92±5,40) ve Yüksek

Standartlar şeması alt boyutundan en düşük 3 ve en yüksek 18 puan (ort.=8,57±3,94) alınmıştır (Bkz. Tablo 2).

Tablo 3. Kullanılan Ölçek Alt Boyutlarının Cronbach Alfa İç Tutarlılık Güvenirlik Katsayıları

Alt Boyutlar (n=562)	k	Alfa
(P)Olumlu Duygular	3	0,87
(E)Bağlanma	3	0,62
(R)Olumlu İlişkiler	3	0,52
(M)Anlam	3	0,79
(A)Başarı	3	0,75
Kişisel Kontrol	18	0,91
Şansa İnanma	11	0,70
Çabalamanın Anlamsızlığı	10	0,82
Kadercilik	3	0,68
Adil Olmayan Dünya İnanıcı	5	0,69
Duygusal Yoksunluk Şeması	5	0,85
Başarısızlık Şeması	6	0,88
Karamsarlık Şeması	5	0,87
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması	7	0,84
Duyguları Bastırma Şeması	5	0,85
Onay Arayıcılık Şeması	6	0,82
İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması	9	0,90
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması	7	0,80
Kendini Feda Şeması	5	0,79
Terk Edilme Şeması	5	0,86
Cezalandırılma Şeması	6	0,81
Kusurluluk Şeması	6	0,88
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması	5	0,81
Yüksek Standartlar Şeması	3	0,78

Çalışmada kullanılan ölçek alt boyutlarının Cronbach Alfa iç tutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. PERMA Ölçeği Olumlu duygular alt boyutu için 0,87, Bağlanma alt boyutu için 0,62, Olumlu İlişkiler alt boyutu için 0,52, Anlam alt boyutu için 0,79 ve Başarı alt boyutu için 0,75 iç tutarlılık güvenirlik katsayıları elde edilmiştir. Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol alt boyutu için 0,91, Şansa İnanma alt boyutu için 0,70, Çabalamanın Anlamsızlığı alt boyutu için 0,82, Kadercilik alt boyutu için 0,68, Adil Olmayan Dünya İnanıcı alt boyutu için 0,69 iç tutarlılık güvenirlik katsayıları hesaplanmıştır. Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması için 0,85, Başarısızlık Şeması için 0,88, Karamsarlık Şeması için 0,87, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması için 0,84, Duyguları Bastırma Şeması için 0,85, Onay Arayıcılık Şeması için 0,82, İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması için

0,90, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması için 0,80, Kendini Feda Şeması için 0,79, Terk Edilme Şeması için 0,86, Cezalandırılma Şeması için 0,81, Kusurluluk Şeması için 0,88, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması için 0,81 ve Yüksek Standartlar Şeması için 0,78 iç tutarlılık güvenirlilik katsayıları gözlenmiştir (Bkz. Tablo 3).

Tablo 4. Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği Alt Boyut Puanları ile PERMA Ölçeği Alt Boyut Puanları Arasındaki Korelasyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişkenler	(P) Olumlu Duygular	(E) Bağlanma	(R) Olumlu İlişkiler	(M) Anlam	(A) Başarı
Kişisel Kontrol	-0,187***	-0,168	-0,091*	-0,221***	-0,144**
Şansa İnanma	-0,155***	-0,182***	-0,161***	-0,250***	-0,172***
Çabalamanın Anlamsızlığı	-0,086*	-0,064	-0,133**	-0,140**	-0,102*
Kadercilik	0,061	0,068	0,062	0,094*	0,004
Adil Olmayan Dünya İnancı	-0,129**	-0,087*	-0,105*	-0,195***	-0,117**
Duygusal Yoksunluk Şeması	-0,269***	-0,222***	-0,415***	-0,252***	-0,167***
Başarısızlık Şeması	-0,260***	-0,267***	-0,265***	-0,352***	-0,352***
Karamsarlık Şeması	-0,298***	-0,230***	-0,258***	-0,276***	-0,250***
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması	-0,340***	-0,305***	-0,370***	-0,330***	-0,259***
Duyguları Bastırma Şeması	-0,216***	-0,219***	-0,285***	-0,193***	-0,160***
Onay Arayıcılık Şeması	-0,180***	-0,152***	-0,154***	-0,197***	-0,157***
İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması	-0,248***	-0,229***	-0,314***	-0,309***	-0,265***
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması	-0,165***	-0,176***	-0,150***	-0,169***	-0,146***
Kendini Feda Şeması	-0,086*	-0,050	-0,162***	-0,072	-0,054
Terk Edilme Şeması	-0,184***	-0,177***	-0,230***	-0,228***	-0,219***
Cezalandırılma Şeması	-0,108*	-0,071	-0,128***	-0,076	-0,041
Kusurluluk Şeması	-0,180***	-0,185***	-0,273***	-0,217***	-0,215***
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması	-0,231***	-0,187***	-0,250***	-0,230***	-0,195***
Yüksek Standartlar Şeması	-0,117**	-0,034	-0,117***	-0,018	0,042

*p<0,05; **p<0,01; ***p<0,001

Çalışmanın bu aşamasında, PERMA Ölçeği alt boyut puanları ile Kontrol Odağı ve Young Şema Ölçeği alt boyut puanları arasındaki korelasyon katsayıları hesaplanmıştır. Analiz Sonuçlarına göre PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanı ile Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol ($r=-0,187$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($r=-0,155$; $p<0,001$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($r=-0,86$; $p<0,05$) ve Adil Olmayan Dünya İnancı ($r=-0,129$; $p<0,01$) puanları arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Ancak Olumlu Duygular puanı ile Kadercilik puanı arasında ($r=0,061$; $p>0,05$) istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur. PERMA Ölçeği

Bağlanma puanı ile Kontrol Odağı Ölçeği Şansa İnanma ($r=-0,182$; $p<0,001$) ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı ($r=-0,087$; $p<0,05$) puanı arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Buna karşın Bağlanma puanı ile Kişisel Kontrol ($r=-0,168$; $p>0,05$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($r=-0,064$; $p>0,05$) ve Kadercilik ($r=0,068$; $p>0,05$) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanı ile Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol ($r=-0,091$; $p<0,05$), Şansa İnanma ($r=-0,161$; $p<0,001$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($r=-0,133$; $p<0,01$) ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı ($r=-0,105$; $p<0,05$) puanı arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Ancak PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanı ile Kadercilik puanı ($r=0,062$; $p>0,05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir. PERMA Ölçeği Anlam puanı ile Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol ($r=-0,221$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($r=-0,250$; $p<0,001$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($r=-0,140$; $p<0,01$), Kadercilik ($r=-0,094$; $p<0,05$) ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı ($r=-0,195$; $p<0,001$) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. PERMA Ölçeği Başarı puanı ile Kontrol Odağı Ölçeği Kişisel Kontrol ($r=-0,144$; $p<0,01$), Şansa İnanma ($r=-0,172$; $p<0,001$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($r=-0,102$; $p<0,05$) ve Adil Olmayan Dünya İnanıcı ($r=-0,117$; $p<0,01$) puanı arasında negatif yönlü istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki vardır. Ancak PERMA Ölçeği Başarı puanı ile Kadercilik puanı ($r=0,004$; $p>0,05$) arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki yoktur.

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanı ile Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması ($r=-0,269$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($r=-0,260$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($r=-0,298$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($r=-0,340$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($r=-0,216$; $p<0,001$), Onay Arayıcılık Şeması ($r=-0,180$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($r=-0,248$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($r=-0,165$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($r=-0,086$; $p<0,05$), Terk Edilme Şeması ($r=-0,184$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması ($r=-0,108$; $p<0,05$), Kusurluluk Şeması ($r=-0,180$; $p<0,001$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($r=-0,231$; $p<0,001$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($r=-0,117$; $p<0,01$) puanı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

PERMA Ölçeği Bağlanma puanı ile Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması ($r=-0,222$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($r=-0,267$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($r=-0,230$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($r=-0,305$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($r=-0,219$; $p<0,001$), Onay Arayıcılık Şeması ($r=-0,152$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($r=-0,229$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($r=-0,176$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($r=-0,177$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($r=-0,185$; $p<0,001$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($r=-0,187$; $p<0,001$) puanı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Buna karşın Bağlanma puanı ile Kendini Feda Şeması ($r=-0,050$; $p>0,05$), Cezalandırılma Şeması ($r=-0,071$; $p>0,05$), Yüksek Standartlar Şeması ($r=-0,034$; $p>0,05$) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanı ile Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması ($r=-0,415$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($r=-0,265$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($r=-0,258$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($r=-0,370$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($r=-0,285$; $p<0,001$), Onay Arayıcılık Şeması ($r=-0,154$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($r=-0,314$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($r=-0,150$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($r=-0,162$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($r=-0,230$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması ($r=-0,128$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($r=-0,273$; $p<0,001$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($r=-0,250$; $p<0,001$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($r=-0,117$; $p<0,001$) puanı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur.

PERMA Ölçeği Anlam puanı ile Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması ($r=-0,252$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($r=-0,352$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($r=-0,276$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($r=-0,330$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($r=-0,193$; $p<0,001$), Onay Arayıcılık Şeması ($r=-0,197$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($r=-0,309$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($r=-0,169$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($r=-0,228$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($r=-0,217$; $p<0,001$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($r=-0,230$; $p<0,001$) puanı arasında negatif yönde istatistiksel

olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Buna karşın Anlam puanı ile Kendini Feda Şeması ($r=-0,072$; $p>0,05$), Cezalandırılma Şeması ($r=-0,076$; $p>0,05$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($r=-0,018$; $p>0,05$) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir.

PERMA Ölçeği Başarı puanı ile Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk Şeması ($r=-0,167$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($r=-0,352$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($r=-0,250$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($r=-0,259$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($r=-0,160$; $p<0,001$), Onay Arayıcılık Şeması ($r=-0,157$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($r=-0,265$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($r=-0,146$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($r=-0,219$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($r=-0,215$; $p<0,001$) ve Tehditler Karşısında Dayanaksızlık Şeması ($r=-0,195$; $p<0,001$) puanı arasında negatif yönde istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmiştir. Buna karşın Başarı puanı ile Kendini Feda Şeması ($r=-0,054$; $p>0,05$), Cezalandırılma Şeması ($r=-0,041$; $p>0,05$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($r=0,042$; $p>0,05$) puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki gözlenmemiştir (Bkz. Tablo 4).

Tablo 5. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	B	B'nin		t	p
		Standart	Beta		
(Sabit)	28,955	0,959		30,195	0,000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,239	0,046	-0,368	-5,173	0,000
Kişisel Kontrol Puanı	-0,077	0,015	-0,200	-5,225	0,000
Kusurluluk Şeması Puanı	0,342	0,063	0,406	5,459	0,000
Başarısızlık Şeması Puanı	-0,169	0,052	-0,216	-3,248	0,001
Karamsarlık Şeması Puanı	-0,121	0,047	-0,148	-2,611	0,009
Kendini Feda Şeması Puanı	0,105	0,038	0,128	2,757	0,006
Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,115	0,057	-0,131	-2,004	0,046
$R^2=0,214$; $F(7,554)=21,510$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanı, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,173$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-5,225$; $p<0,001$) Kusurluluk şeması

($t=5,459$; $p<0,001$), Başarısızlık şeması ($t=-3,248$; $p<0,01$), Karamsarlık Şeması ($t=-2,611$; $p<0,01$), Kendini Feda şeması ($t=2,757$; $p<0,01$) ve Duygusal Yoksunluk şeması ($t=-2,004$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,214$; $F(7,554)=21,510$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, sosyal izolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,239 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,077 birim, Başarısızlık şeması bir birim arttığında 0,169 birim, Karamsarlık şeması bir birim arttığında 0,121 birim ve Duygusal Yoksunluk şeması bir birim arttığında 0,115 birim azalacak; Kusurluluk şeması bir birim arttığında 0,342 birim ve Kendini Feda şeması bir birim arttığında 0,105 birim artacaktır. Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 5).

Tablo 6. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	B	B'nin		t	p
		Standart	Beta		
(Sabit)	28,435	0,865		32,882	0,000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,233	0,037	-0,397	-6,253	0,000
Kişisel Kontrol Puanı	-0,063	0,014	-0,182	-4,645	0,000
Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,120	0,048	0,111	2,475	0,014
Başarısızlık Şeması Puanı	-0,169	0,046	-0,238	-3,670	0,000
Kusurluluk Şeması Puanı	0,195	0,055	0,257	3,556	0,000
$R^2=0,164$; $F(5,556)=21,804$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanı, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-6,253$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,645$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,475$; $p<0,05$), Başarısızlık şeması ($t=-3,670$; $p<0,001$) ve Kusurluluk şeması ($t=3,556$; $p<0,001$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,164$; $F(5,556)=21,804$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Bağlanma puanı, sosyal

izolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,233 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,063 birim, Başarısızlık şeması bir birim arttığında 0,169 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması bir birim arttığında 0,120 birim ve Kusurluluk şeması bir birim arttığında 0,195 birim artacaktır. Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 6).

Tablo 7. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
(Sabit)	27,488	0,800		34,345	0,000
Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,293	0,052	-0,359	-5,611	0,000
Kişisel Kontrol Puanı	-0,045	0,013	-0,127	-3,357	0,001
Terk Edilme Şeması Puanı	0,238	0,060	0,268	3,958	0,000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,108	0,039	-0,180	-2,736	0,006
İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,076	0,034	-0,154	-2,242	0,025
$R^2=0,214$; $F(5,556)=30,188$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanı, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-5,611$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,357$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,958$; $p<0,001$) Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-2,736$; $p<0,01$) ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,242$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,214$; $F(5,556)=30,188$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması bir birim arttığında 0,293 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,045 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması bir birim arttığında 0,108 birim ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması bir birim arttığında 0,076 birim azalacak; Terk Edilme Şeması bir birim arttığında 0,238 birim artacaktır. Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı

alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 7).

Tablo 8. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
(Sabit)	30,755	1,075		28,599	0,000
Başarısızlık Şeması Puanı	-0,292	0,053	-0,376	-5,455	0,000
Kişisel Kontrol Puanı	-0,092	0,014	-0,242	-6,437	0,000
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,234	0,039	-0,364	-5,977	0,000
Kusurluluk Şeması Puanı	0,339	0,061	0,407	5,588	0,000
Kendini Feda Şeması Puanı	0,117	0,038	0,144	3,109	0,002
Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,142	0,056	-0,106	-2,547	0,011
Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,127	0,052	0,107	2,448	0,015
İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,080	0,038	-0,151	-2,092	0,037
$R^2=0,272$; $F(8,553)=25,962$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Anlam toplam puanı, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,455$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-6,437$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,997$; $p<0,001$) Kusurluluk Şeması ($t=5,580$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=3,109$; $p<0,01$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=-2,457$; $p<0,05$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,448$; $p<0,05$) ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,092$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,272$; $F(8,553)=25,1962$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması bir birim arttığında 0,292 birim, Kişisel Kontrol bir birim arttığında 0,092 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması bir birim arttığında 0,234 birim, Adil Olmayan Dünya İnancı bir birim arttığında 0,142 ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması bir birim arttığında 0,080 birim azalacak; Kusurluluk Şeması bir birim arttığında 0,339 birim, Kendini Feda bir birim arttığında 0,117 birim ve Yüksek Standartlar Şeması bir birim arttığında 0,127 birim artacaktır. Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır.

Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 8).

Tablo 9. Tüm Grupta PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
(Sabit)	26,143	0,923		28,320	0,000
Başarısızlık Şeması Puanı	-0,364	0,048	-0,498	-7,564	0,000
Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,181	0,051	0,161	3,552	0,000
Kişisel Kontrol Puanı	-0,047	0,014	-0,131	-3,404	0,001
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,145	0,038	-0,240	-3,832	0,000
Kusurluluk Şeması Puanı	0,187	0,055	0,238	3,376	0,001
Kendini Feda Şeması Puanı	0,094	0,037	0,122	2,549	0,011
$R^2=0,205$; $F(6,555)=23,913$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Başarı toplam puanı, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-7,564$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,552$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,404$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-3,832$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,376$; $p<0,01$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,549$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,205$; $F(6,555)=23,913$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması bir birim arttığında 0,364 birim, Kişisel Kontrol bir birim arttığında 0,047 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması bir birim arttığında 0,145 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması bir birim arttığında 0,181 birim, Kusurluluk Şeması bir birim arttığında 0,187 birim ve Kendini Feda bir birim arttığında 0,094 birim artacaktır. Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 9).

Tablo 10. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Kadın	(Sabit)	25,580	1,766		14,483	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,228	0,049	-0,368	-4,662	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,051	0,022	-0,127	-2,296	0,022
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,188	0,058	-0,238	-3,235	0,001
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,300	0,085	0,307	3,553	0,000
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,134	0,044	-0,256	-3,023	0,003
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	0,096	0,040	0,135	2,406	0,017
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,103	0,047	0,148	2,178	0,030
$R^2=0,212$; $F(7,313)=12,030$; $p=0,000$						
Erkek	(Sabit)	30,085	1,243		24,213	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,407	0,065	-0,591	-6,299	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,091	0,021	-0,248	-4,272	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,256	0,078	0,311	3,294	0,001
	$R^2=0,215$; $F(3,237)=21,685$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri cinsiyet gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Kadın grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-4,662$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-2,296$; $p<0,05$), Karamsarlık Şeması ($t=-3,235$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,553$; $p<0,001$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,023$; $p<0,01$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=2,406$; $p<0,05$) ve Cezalandırılma Şeması ($t=2,178$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,212$; $F(7,313)=12,030$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,228 birim, Kişisel Kontrol bir birim arttığında 0,051 birim, Karamsarlık Şeması bir birim arttığında 0,188 birim, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması bir birim arttığında 0,134 birim azalacak; Terk Edilme Şeması bir birim arttığında 0,300 birim, Çabalamanın Anlamsızlığı bir birim

arttığında 0,096 birim ve Cezalandırılma Şeması bir birim arttığında 0,103 birim artacaktır. Kadın grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 10).

Erkek grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-6,299$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,272$; $p<0,001$) ve Kusurluluk Şeması ($t=3,294$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,215$; $F(3,237)=21,685$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %22'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,407 birim ve Kişisel Kontrol bir birim arttığında 0,091 birim azalacak; Kusurluluk Şeması bir birim arttığında 0,256 birim artacaktır. Erkek grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 10).

Tablo 11. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kadın	(Sabit)	27,790	1,508		18,423	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,195	0,040	-0,326	-4,857	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,080	0,020	-0,206	-4,027	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,187	0,050	-0,259	-3,721	0,000
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	0,107	0,038	0,157	2,849	0,005
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,108	0,045	0,141	2,401	0,017
	$R^2=0,231$; $F(5,315)=18,946$; $p=0,000$					
Erkek	(Sabit)	27,750	1,270		21,856	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,156	0,046	-0,218	-3,399	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,264	0,061	-0,460	-4,333	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,249	0,071	0,235	3,479	0,001
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,385	0,090	0,560	4,295	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,245	0,082	-0,354	-2,983	0,003
	$R^2=0,193$; $F(5,235)=11,258$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri cinsiyet gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Kadın grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-4,857$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,027$; $p<0,001$), Başarısızlık Şeması ($t=-3,721$; $p<0,001$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=2,849$; $p<0,01$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,401$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,231$; $F(5,315)=18,946$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %23'tür. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,195 birim, Kişisel Kontrol bir birim arttığında 0,080 birim, Başarısızlık Şeması bir birim arttığında 0,187 birim azalacak; Çabalamanın Anlamsızlığı bir birim arttığında 0,107 birim ve Kendini Feda Şeması bir birim arttığında 0,108 birim artacaktır. Kadın grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu

birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 11).

Erkek grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Şansa İnanma Puanı ($t=-3,399$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-4,333$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,479$; $p<0,01$), Kusurluluk Şeması ($t=4,295$; $p<0,001$) ve Başarısızlık Şeması ($t=-2,983$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,193$; $F(5,237)=11,235$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Bağlanma puanı, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,156 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,264 birim ve Başarısızlık Şeması bir birim arttığında 0,245 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması bir birim arttığında 0,249 birim ve Kusurluluk Şeması bir birim arttığında 0,385 birim artacaktır. Erkek grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 11).

Tablo 12. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kadın	(Sabit)	25,678	1,637		15,682	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,330	0,070	-0,362	-4,696	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,042	0,021	-0,102	-1,971	0,049
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,185	0,053	-0,295	-3,462	0,001
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,239	0,079	0,241	3,015	0,003
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	0,179	0,073	0,131	2,464	0,014
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,113	0,044	-0,214	-2,586	0,010
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,088	0,044	0,125	2,000	0,046
$R^2=0,290$; $F(7,313)=18,300$; $p=0,001$						
Erkek	(Sabit)	27,096	1,190		22,772	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,366	0,068	-0,499	-5,392	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,117	0,044	-0,167	-2,634	0,009
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,158	0,063	0,234	2,497	0,013
	$R^2=0,180$; $F(3,237)=17,340$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri cinsiyet gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Kadın grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-4,696$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-1,971$; $p<0,05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-3,462$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,015$; $p<0,01$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=2,464$; $p<0,01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,586$; $p<0,05$) ve Cezalandırılma Şeması ($t=2,000$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,290$; $F(7,313)=18,300$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,330, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,042, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,185 birim, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,113 birim azalacak; Terk Edilme Şeması Puanı bir birim arttığında 0,239 birim, Adil Olmayan

Dünya İnanç Puanı bir birim arttığında 0,179 birim ve Cezalandırılma Şeması bir birim arttığında 0,088 birim artacaktır. Kadın grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 12).

Erkek grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-5,392$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($t=-2,634$; $p<0,01$) ve Kusurluluk şeması ($t=2,497$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,180$; $F(3,237)=17,340$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %18'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,366 ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,117 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,158 birim artacaktır. Erkek grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 12).

Tablo 13. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kadın	(Sabit)	30,882	1,250		24,711	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,328	0,059	-0,434	-5,599	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,102	0,019	-0,251	-5,322	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,253	0,050	-0,406	-5,066	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,323	0,077	0,364	4,180	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,135	0,045	0,168	2,980	0,003
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,149	0,046	-0,284	-3,232	0,001
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,157	0,064	0,177	2,449	0,015
$R^2=0,331$; $F(7,313)=22,109$; $p=0,000$						
Erkek	(Sabit)	29,569	2,015		14,674	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,169	0,055	-0,203	-3,063	0,002
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,198	0,048	-0,297	-4,132	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,239	0,083	0,194	2,866	0,005
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,056	0,022	-0,157	-2,540	0,012
$R^2=0,199$; $F(4,236)=14,628$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri cinsiyet gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Kadın grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,599$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-5,322$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,066$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,180$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=2,980$; $p<0,01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,232$; $p<0,01$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,449$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,331$; $F(7,313)=22,109$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %33'tür. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,328, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,102, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,253 birim ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,149 birim azalacak;

Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,323 birim, Kendini Feda Şeması Puanı bir birim arttığında 0,135 birim ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması bir birim arttığında 0,157 birim artacaktır. Kadın grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 13).

Erkek grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Şansa İnanma ($t=-3,063$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-4,132$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,866$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,540$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,199$; $F(4,236)=14,628$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Anlam puanı, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,169, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,198 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,056 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması Puanı bir birim arttığında 0,239 birim artacaktır. Erkek grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 13).

Tablo 14. Cinsiyete Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kadın	(Sabit)	23,321	0,647		36,056	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,292	0,046	-0,419	-6,359	0,000
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,163	0,041	0,251	3,955	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,175	0,054	-0,238	-3,236	0,001
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,191	0,061	0,175	3,136	0,002
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,149	0,046	-0,258	-3,220	0,001
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,154	0,068	0,187	2,256	0,025
	$R^2=0,286$; $F(6,314)=20,942$; $p=0,000$					
Erkek	(Sabit)	26,065	1,345		19,374	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,403	0,094	-0,518	-4,286	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,264	0,083	0,223	3,194	0,002
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,051	0,021	-0,150	-2,457	0,015
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,342	0,103	0,442	3,320	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,171	0,069	-0,265	-2,494	0,013
	$R^2=0,164$; $F(5,235)=9,189$; $p=0,000$					

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri cinsiyet gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Kadın grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,359$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması ($t=3,955$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($t=-3,236$; $p<0,01$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,136$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-3,220$; $p<0,01$), ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,256$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,286$; $F(6,314)=20,942$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,292, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,175 ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,149 birim azalacak; Cezalandırılma Şeması Puanı bir birim arttığında 0,163 birim, Yüksek Standartlar Şeması Puanı bir birim arttığında 0,191 birim ve

Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması bir birim arttığında 0,154 birim artacaktır. Kadın grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 14).

Erkek grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,286$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,194$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-2,457$; $p<0,05$), Kusurluluk Şeması ($t=3,320$; $p<0,01$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-2,494$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,164$; $F(5,235)=9,189$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,403, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,051 ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,171 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması Puanı bir birim arttığında 0,264 birim ve Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,342 birim artacaktır. Erkek grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 14).

Tablo 15. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Bekar	(Sabit)	25,864	2,269		11,398	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,211	0,041	-0,341	-5,186	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,080	0,026	-0,207	-3,045	0,003
	Kadercilik Puanı	0,243	0,121	0,136	2,009	0,046
	$R^2=0,168$; $F(3,196)=13,208$; $p=0,000$					
Evli	(Sabit)	30,390	1,041		29,193	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,292	0,055	-0,420	-5,311	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,084	0,018	-0,223	-4,686	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,291	0,085	0,327	3,407	0,001
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,202	0,059	-0,361	-3,444	0,001
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,290	0,093	0,287	3,103	0,002
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,152	0,067	-0,176	-2,262	0,024
$R^2=0,249$; $F(6,338)=18,712$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri medeni durum gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Bekar grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,186$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,045$; $p<0,01$) ve Kadercilik ($t=2,009$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,168$; $F(3,196)=13,208$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %17'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,211 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,080 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,243 birim artacaktır. Bekar grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 15).

Evli grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal

İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,311$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,686$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,407$; $p<0,01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=3,444$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,103$; $p<0,01$) ve Karamsarlık Şeması ($t=-2,262$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,249$; $F(6,338)=18,712$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %25'tir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,292 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,084 birim, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,202 birim ve Karamsarlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,152 birim azalacak; Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,291 birim ve Terk Edilme Şeması Puanı bir birim arttığında 0,290 birim artacaktır. Evli grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 15).

Tablo 16. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Bekar	(Sabit)	26,895	1,543		17,434	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,284	0,071	-0,444	-3,979	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,057	0,023	-0,169	-2,546	0,012
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,121	0,058	0,166	2,069	0,040
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,203	0,088	0,293	2,301	0,022
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,267	0,065	-0,487	-4,123	0,000
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,186	0,079	0,249	2,346	0,020
	$R^2=0,193$; $F(6,193)=7,669$; $p=0,000$					
Evli	(Sabit)	28,366	1,034		27,440	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,331	0,054	-0,525	-6,158	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,060	0,017	-0,175	-3,526	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,232	0,085	0,253	2,736	0,007
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,220	0,070	-0,281	-3,151	0,002
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,146	0,059	0,140	2,460	0,014
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,179	0,079	0,222	2,270	0,024
$R^2=0,185$; $F(6,338)=12,748$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri medeni durum gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Bekar grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık şeması ($t=-3,979$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-2,546$; $p<0,05$), Kendini Feda Şeması ($t=2,069$; $p<0,05$), Kusurluluk Şeması ($t=2,301$; $p<0,05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,123$; $p<0,001$) ve Tehditler Karşısında Dayanısızlık Şeması ($t=2,346$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,193$; $F(6,193)=7,669$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Bağlanma puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,284 birim, Kişisel Kontrol Puanı bir birim arttığında 0,057 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,267 birim azalacak; Kendini Feda Şeması Puanı bir birim arttığında 0,121 birim, Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,203 birim ve Tehditler Karşısında Dayanısızlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,186 birim artacaktır. Bekar grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 16).

Evli grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-6,158$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,526$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=2,736$; $p<0,01$), Başarısızlık şeması ($t=-3,151$; $p<0,01$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,460$; $p<0,05$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,270$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,185$; $F(6,338)=12,748$; $p<0,001$. Modelin Bağlanma açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,331 birim, Kişisel Kontrol Puanı bir birim arttığında 0,060 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında

0,220 birim azalacak; Terk Edilme Şeması Puanı bir birim arttığında 0,232 birim, Yüksek Standartlar Şeması Puanı bir birim arttığında 0,146 birim ve Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,179 birim artacaktır. Evli grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 16).

Tablo 17. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Bekar	(Sabit)	21,458	0,967		22,198	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,386	0,055	-0,487	-7,049	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	0,292	0,085	0,237	3,435	0,001
$R^2=0,203$; $F(2,197)=25,118$; $p=0,000$						
Evli	(Sabit)	27,201	1,009		26,963	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,400	0,064	-0,486	-6,200	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,086	0,036	-0,119	-2,391	0,017
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,223	0,085	0,238	2,616	0,009
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,180	0,050	-0,347	-3,620	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,192	0,083	0,233	2,315	0,021
$R^2=0,230$; $F(5,339)=20,211$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri medeni durum gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Bekar grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-7,049$; $p<0,001$) ve Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=3,435$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,203$; $F(2,197)=25,118$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,386 birim azalacak; Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı bir birim arttığında 0,292 birim artacaktır. Bekar grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde,

14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 17).

Evli grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-6,200$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($t=-2,391$; $p<0,05$), Terk Edilme Şeması ($t=2,616$; $p<0,01$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,620$; $p<0,001$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,315$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,230$; $F(5,339)=20,211$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %23'tür. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,400 birim, Şansa İnanma Puanı bir birim arttığında 0,086 birim ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,180 birim azalacak; Terk Edilme Şeması Puanı bir birim arttığında 0,223 birim ve Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,192 birim artacaktır. Evli grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 17).

Tablo 18. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Bekar	(Sabit)	28,571	1,537		18,589	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,242	0,049	-0,330	-4,988	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,093	0,026	-0,240	-3,622	0,000
	$R^2=0,148$; $F(2,197)=17,139$; $p=0,000$					
Evli	(Sabit)	31,280	1,196		26,145	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,309	0,066	-0,394	-4,699	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,082	0,017	-0,240	-4,970	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,241	0,064	-0,194	-3,742	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,293	0,069	0,362	4,225	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,227	0,050	-0,359	-4,497	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,105	0,043	0,143	2,445	0,015
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,123	0,059	0,118	2,098	0,037
$R^2=0,264$; $F(7,337)=17,292$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri medeni durum gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Bekar grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,988$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,622$; $p<0,001$), değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,148$; $F(2,197)=17,139$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %15'tir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,242 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,093 birim azalacaktır. Bekar grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 18).

Evli grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,699$;

$p < 0,001$), Kişisel Kontrol ($t = -4,970$; $p < 0,001$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t = -3,742$; $p < 0,001$), Kusurluluk Şeması ($t = 4,225$; $p < 0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t = -4,497$; $p < 0,001$), Kendini Feda Şeması ($t = 2,445$; $p < 0,05$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t = 2,098$; $p < 0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2 = 0,264$; $F(7,337) = 17,292$; $p < 0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,309 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,082 birim, Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı bir birim arttığında 0,241 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,227 birim azalacak; Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,293 birim, Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,105 birim ve Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,123 birim artacaktır. Evli grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 18).

Tablo 19. Medeni Duruma Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Bekar	(Sabit)	21,290	0,947		22,478	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,457	0,072	-0,660	-6,360	0,000
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,246	0,053	0,348	4,619	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,229	0,080	0,305	2,865	0,005
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,175	0,065	-0,236	-2,715	0,007
$R^2 = 0,266$; $F(4,195) = 17,646$; $p = 0,000$						
Evli	(Sabit)	26,299	1,019		25,803	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,302	0,066	-0,396	-4,549	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,240	0,059	0,238	4,108	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,167	0,051	-0,271	-3,265	0,001
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,221	0,071	0,281	3,090	0,002
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,039	0,017	-0,118	-2,349	0,019
$R^2 = 0,161$; $F(5,339) = 12,989$; $p = 0,000$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri medeni durum gruplarında ayrı ayrı

gerçekleştirilmiştir. Bekar grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,360$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması= $4,619$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=2,865$; $p<0,01$) ve Karamsarlık Şeması ($t=-2,715$; $p<0,01$), değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,266$; $F(4,195)=17,646$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,457 birim ve Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,175 birim azalacak; Cezalandırılma Şeması puanı bir birim arttığında 0,246 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,229 birim artacaktır. Bekar grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 19).

Evli grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,549$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması= $4,108$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,265$; $p<0,01$), Kusurluluk Şeması ($t=3,090$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,349$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,161$; $F(5,339)=12,989$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,302 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,167 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,032 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,240 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,221 birim artacaktır. Evli grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 19).

Tablo 20. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Orta	(Sabit)	29,179	1,103		26,445	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,258	0,048	-0,424	-5,353	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,081	0,018	-0,218	-4,478	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,255	0,071	0,329	3,589	0,000
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,110	0,040	-0,225	-2,754	0,006
$R^2=0,161$; $F(4,362)=17,389$; $p=0,000$						
İyi	(Sabit)	35,003	2,061		16,982	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,343	0,051	-0,448	-6,673	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,102	0,025	-0,289	-4,131	0,000
	Kadercilik Puanı	-0,220	0,103	-0,150	-2,138	0,034
$R^2=0,285$; $F(3,160)=21,236$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu orta olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-5,353$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,478$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,589$; $p<0,001$) ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,754$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,161$; $F(4,362)=17,389$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,258 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,081 birim ve İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,110 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,255 birim artacaktır. Gelir durumu orta olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 20).

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu iyi olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-6,673$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,131$; $p<0,001$) ve Kadercilik ($t=-2,138$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,285$; $F(3,160)=21,236$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,343 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,102 birim ve Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,220 birim azalacaktır. Gelir durumu iyi olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 20).

Tablo 21. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kötü	(Sabit)	29,960	3,663		8,178	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,191	0,067	-0,470	-2,864	0,008
$R^2=0,220$; $F(1,29)=8,203$; $p=0,008$						
Orta	(Sabit)	26,374	1,082		24,366	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,303	0,049	-0,549	-6,221	0,000
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,176	0,063	0,234	2,802	0,005
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,231	0,056	-0,345	-4,140	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,215	0,065	0,306	3,302	0,001
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,042	0,016	-0,125	-2,546	0,011
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,119	0,043	0,166	2,733	0,007
	$R^2=0,161$; $F(6,360)=11,481$; $p=0,000$					
İyi	(Sabit)	32,996	1,943		16,985	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,216	0,072	-0,246	-2,996	0,003
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,095	0,025	-0,275	-3,775	0,000
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması Puanı	-0,144	0,046	-0,237	-3,107	0,002
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,217	0,098	-0,171	-2,214	0,028
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,119	0,059	0,154	2,000	0,047
$R^2=0,264$; $F(5,158)=11,357$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu kötü olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Kişisel Kontrol ($t=-2,864$; $p<0,01$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,220$; $F(1,29)=8,203$; $p<0,01$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %22'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,191 birim azalacaktır. Gelir durumu kötü olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 21).

Gelir durumu orta olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-6,221$; $p<0,001$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,802$; $p<0,01$), Başarısızlık Şeması ($t=-4,140$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,302$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-2,546$; $p<0,05$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,733$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,161$; $F(6,360)=11,481$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,303 birim, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,231 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,042 birim azalacak; Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,176 birim, Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,215 birim ve Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,119 birim artacaktır. Gelir durumu orta olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 21).

Gelir durumu iyi olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-2,996$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-3,775$; $p<0,001$), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($t=-3,107$; $p<0,01$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=-2,214$; $p<0,05$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,000$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,264$; $F(5,158)=11,357$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Bağlanma puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,216 birim, Kişisel Kontrol Puanı bir birim arttığında 0,095 birim, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması Puanı bir birim arttığında 0,144 birim ve Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı bir birim arttığında 0,217 birim azalacak; Kendini Feda Şeması bir birim arttığında 0,119 birim artacaktır. Gelir durumu iyi olan grupta,

Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 21).

Tablo 22. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Kötü	(Sabit)	25,880	2,003		12,919	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,430	0,116	-0,567	-3,710	0,001
$R^2=0,322$; $F(1,29)=13,765$; $p=0,001$						
Orta	(Sabit)	22,019	0,740		29,742	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,313	0,067	-0,395	-4,651	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	0,233	0,067	0,184	3,473	0,001
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,203	0,081	0,237	2,511	0,012
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,137	0,041	-0,296	-3,359	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,182	0,054	-0,316	-3,359	0,001
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,181	0,073	0,247	2,492	0,013
Onay Arayıcılık Şeması Puanı	0,085	0,041	0,132	2,093	0,037	
$R^2=0,227$; $F(7,359)=15,025$; $p=0,000$						
İyi	(Sabit)	28,458	1,582		17,993	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,463	0,069	-0,487	-6,697	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,144	0,049	-0,202	-2,961	0,004
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,183	0,079	0,169	2,326	0,021
$R^2=0,270$; $F(3,160)=19,757$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu kötü olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-3,710$; $p<0,01$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,322$; $F(1,29)=13,765$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %32'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,430 birim azalacaktır. Gelir durumu kötü olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5

kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 22).

Gelir durumu orta olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-4,651$; $p<0,001$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=3,473$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=2,511$; $p<0,05$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,359$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,359$; $p<0,01$), Kusurluluk Şeması ($t=2,492$; $p<0,05$) ve Onay Arayıcılık Şeması ($t=2,093$; $p<0,05$), değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,227$; $F(6,360)=15,025$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %23'tür. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,313 birim, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,137 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı bir birim arttığında 0,182 birim azalacak; Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı bir birim arttığında 0,233 birim, Terk Edilme Şeması Puanı bir birim arttığında 0,203 birim, Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,181 birim ve Onay Arayıcılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,085 birim artacaktır. Gelir durumu orta olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 22).

Gelir durumu iyi olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-6,697$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($t=-2,961$; $p<0,01$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,326$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,270$; $F(3,160)=19,757$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,463 birim ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,144 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması bir birim arttığında 0,183 birim artacaktır. Gelir

durumu iyi olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 22).

Tablo 23. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Kötü	(Sabit)	38,096	5,922		6,433	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,334	0,142	-0,373	-2,351	0,026
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,182	0,079	-0,363	-2,290	0,030
	$R^2=0,310$; $F(2,28)=6,297$; $p=0,006$					
Orta	(Sabit)	28,908	1,074		26,906	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,320	0,061	-0,452	-5,262	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,079	0,016	-0,223	-4,839	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,426	0,067	0,573	6,338	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,273	0,046	-0,468	-5,901	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,140	0,043	0,184	3,216	0,001
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,122	0,043	-0,260	-2,857	0,005
	Karamsarlık Şeması Puanı	0,109	0,053	0,145	2,072	0,039
$R^2=0,263$; $F(7,359)=18,330$; $p=0,000$						
İyi	(Sabit)	32,329	1,857		17,407	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,257	0,086	-0,260	-2,983	0,003
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,080	0,026	-0,223	-3,139	0,002
	Adil Olmayan Dünya İnanıcı Puanı	-0,321	0,100	-0,242	-3,217	0,002
	Duyguları Bastırma Şeması Puanı	0,247	0,080	0,283	3,082	0,002
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,234	0,084	-0,300	-2,804	0,006
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,208	0,087	0,177	2,386	0,018
$R^2=0,319$; $F(6,157)=12,268$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu kötü olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Şansa İnanma ($t=-2,351$; $p<0,05$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,290$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,310$; $F(2,28)=6,297$; $p<0,01$. Modelin Anlamı açıklama oranı

%31'dir. Ayrıca Anlam puanı, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,334 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,182 birim azalacaktır. Gelir durumu kötü olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 23).

Gelir durumu orta olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,262$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,839$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=6,338$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,901$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=3,216$; $p<0,01$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,857$; $p<0,01$) ve Karamsarlık Şeması ($t=2,072$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,263$; $F(7,359)=18,330$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,320 birim, Kişisel Kontrol Puanı bir birim arttığında 0,079 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı bir birim arttığında 0,273 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,122 birim azalacak; Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,426 birim, Kendini Feda Şeması Puanı bir birim arttığında 0,140 birim ve Karamsarlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,109 birim artacaktır. Gelir durumu orta olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 23).

Gelir durumu iyi olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-2,983$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-3,139$; $p<0,01$), Adil Olmayan Dünya İncanı ($t=-3,217$; $p<0,01$), Duyguları Bastırma Şeması ($t=3,082$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,804$; $p<0,01$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,386$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir

şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,319$; $F(6,157)=12,268$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %32'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,257 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,080 birim, Adil Olmayan Dünya İnancı puanı bir birim arttığında 0,321 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,234 birim azalacak; Duyguları Bastırma Şeması puanı bir birim arttığında 0,247 birim ve Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,208 birim artacaktır. Gelir durumu iyi olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 23).

Tablo 24. Gelir Durumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Orta	(Sabit)	25,083	1,053		23,821	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,370	0,054	-0,565	-6,876	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,149	0,059	0,147	2,512	0,012
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,238	0,063	0,346	3,789	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,211	0,047	-0,391	-4,474	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,086	0,044	0,123	1,966	0,049
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,034	0,016	-0,103	-2,144	0,033
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,120	0,060	0,163	2,006	0,046
$R^2=0,205$; $F(7,359)=13,231$; $p=0,000$						
İyi	(Sabit)	25,038	0,960		26,085	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,328	0,082	-0,334	-4,002	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,392	0,085	0,336	4,629	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,198	0,076	-0,217	-2,603	0,010
$R^2=0,246$; $F(3,160)=17,427$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri gelir durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Gelir durumu orta olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde

Başarısızlık Şeması ($t=-6,876$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,512$; $p<0,05$), Kusurluluk Şeması ($t=3,789$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,474$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=1,966$; $p<0,05$), Kişisel Kontrol ($t=-2,144$; $p<0,05$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,006$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,205$; $F(7,359)=13,231$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,370 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı bir birim arttığında 0,211 birim ve Kişisel Kontrol Puanı bir birim arttığında 0,034 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması Puanı bir birim arttığında 0,149 birim, Kusurluluk Şeması Puanı bir birim arttığında 0,238 birim, Kendini Feda Şeması Puanı bir birim arttığında 0,086 birim, ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı bir birim arttığında 0,120 birim artacaktır. Gelir durumu orta olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 24).

Gelir durumu iyi olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,002$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=4,629$; $p<0,001$) ve Karamsarlık Şeması ($t=-2,603$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,246$; $F(3,160)=17,427$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %25'tir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,328 birim ve Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,198 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,392 birim artacaktır. Gelir durumu iyi olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 24).

Tablo 25. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
18-25 Yaş	(Sabit)	28,427	2,468		11,518	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,115	0,038	-0,272	-3,037	0,003
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,128	0,060	-0,190	-2,116	0,036
$R^2=0,085$; $F(2,121)=5,616$; $p=0,005$						
26-30 Yaş	(Sabit)	26,136	0,851		30,696	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,456	0,073	-0,750	-6,215	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,312	0,110	0,341	2,828	0,006
$R^2=0,295$; $F(2,111)=23,169$; $p=0,000$						
31-40 Yaş	(Sabit)	28,965	1,271		22,784	0,000
	Duyusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,278	0,050	-0,425	-5,508	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,064	0,024	-0,202	-2,618	0,010
$R^2=0,238$; $F(2,129)=20,148$; $p=0,000$						
41 ve Üstü Yaş	(Sabit)	30,647	1,558		19,674	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,335	0,083	-0,339	-4,032	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,077	0,024	-0,204	-3,157	0,002
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,274	0,078	-0,326	-3,529	0,001
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,257	0,095	0,237	2,709	0,007
$R^2=0,238$; $F(4,187)=14,591$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri yaş gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. 18-25 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Kişisel Kontrol ($t=-3,037$; $p<0,001$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-2,116$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,085$; $F(2,121)=5,616$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %9'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,115 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,128 birim azalacaktır. 18-25 yaş grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu

ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 25).

26-30 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-6,215$; $p<0,001$) ve Terk Edilme Şeması ($t=2,828$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,295$; $F(2,121)=23,169$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %30'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması puanı bir birim arttığında 0,456 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,312 birim artacaktır. 26-30 yaş grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 25).

31-40 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-5,508$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,618$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,238$; $F(2,129)=20,148$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %24'tür. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,278 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,064 birim azalacaktır. 31-40 yaş grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 25).

41 ve üstü yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-4,032$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,157$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,529$; $p<0,01$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,709$;

$p < 0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,238$; $F(4,187)=14,591$; $p < 0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %24'tür. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,335 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,077 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,274 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,257 birim artacaktır. 41 ve üstü yaş grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 25).

Tablo 26. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
18-25 Yaş	(Sabit)	29,440	2,150		13,693	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,110	0,033	-0,295	-3,392	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,269	0,078	-0,451	-3,460	0,001
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,213	0,103	0,267	2,062	0,041
$R^2=0,148$; $F(3,120)=6,934$; $p=0,000$						
26-30 Yaş	(Sabit)	21,973	1,086		20,232	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,206	0,052	-0,384	-4,001	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,202	0,073	0,267	2,782	0,006
$R^2=0,138$; $F(2,111)=8,856$; $p=0,000$						
31-40 Yaş	(Sabit)	30,406	1,309		23,226	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,248	0,038	-0,489	-6,516	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,056	0,023	-0,181	-2,407	0,018
$R^2=0,274$; $F(2,129)=24,355$; $p=0,000$						
41 ve Üstü Yaş	(Sabit)	27,920	1,545		18,075	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,176	0,082	-0,205	-2,147	0,033
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,052	0,023	-0,156	-2,268	0,024
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,202	0,081	0,185	2,491	0,014
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,151	0,071	-0,205	-2,131	0,034
$R^2=0,152$; $F(4,187)=8,396$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri yaş gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. 18-25 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Kişisel Kontrol ($t=-3,392$; $p<0,01$) Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-3,460$; $p<0,01$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şeması ($t=2,062$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,148$; $F(3,120)=6,934$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %15'tir. Ayrıca Bağlanma puanı, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,110 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması bir birim arttığında 0,269 birim azalacak; Tehditler Karşısında Dayanıksızlık puanı bir birim arttığında 0,213 birim artacaktır. 18-25 yaş grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 26).

26-30 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-4,001$; $p<0,001$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,782$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,138$; $F(2,111)=8,856$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %14'tür. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması puanı bir birim arttığında 0,206 birim azalacak; Kendini Feda şeması puanı bir birim arttığında 0,202 birim artacaktır. 26-30 yaş grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 26).

31-40 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal

İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-6,516$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,407$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,274$; $F(2,129)=24,355$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %27dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,248 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,056 birim azalacaktır. 31-40 yaş grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 26).

41 ve üstü yaş grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-2,147$; $p<0,05$), Kişisel Kontrol ($t=-2,268$; $p<0,05$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,491$; $p<0,05$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,131$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,152$; $F(4,187)=8,396$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %15'tir. Ayrıca Bağlanma puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,176 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,052 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,151 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,202 birim artacaktır. 41 ve üstü yaş grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 26).

Tablo 27. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
18-25 Yaş	(Sabit)	24,147	2,756		8,761	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,249	0,063	-0,339	-3,973	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,080	0,031	-0,233	-2,614	0,010
	Kadercilik Puanı	0,289	0,140	0,178	2,060	0,042
$R^2=0,190$; $F(3,120)=9,370$; $p=0,000$						
26-30 Yaş	(Sabit)	25,694	0,801		32,059	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,687	0,159	-0,774	-4,309	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,514	0,137	0,667	3,760	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,212	0,089	-0,361	-2,396	0,018
$R^2=0,330$; $F(3,110)=18,068$; $p=0,000$						
31-40 Yaş	(Sabit)	25,758	0,645		39,951	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,385	0,054	-0,530	-7,122	0,000
$R^2=0,281$; $F(1,130)=50,726$; $p=0,000$						
41 ve Üstü Yaş	(Sabit)	25,271	0,839		30,126	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,198	0,053	-0,322	-3,710	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,203	0,084	-0,210	-2,417	0,017
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,182	0,079	0,158	2,284	0,024
$R^2=0,209$; $F(3,188)=16,522$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri yaş gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. 18-25 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk şeması ($t=-3,973$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-2,614$; $p<0,05$) ve Kadercilik ($t=2,060$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,190$; $F(3,120)=9,370$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk şeması bir birim arttığında 0,249 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,080 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,289 birim artacaktır. 18-25 yaş grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı

alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 27).

26-30 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk şeması ($t=-4,309$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,760$; $p<0,001$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ($t=-2,396$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,330$; $F(3,110)=18,068$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %33'tür. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk şeması puanı bir birim arttığında 0,687 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması puanı bir birim arttığında 0,212 birim azalacak; Kusurluluk şeması puanı bir birim arttığında 0,514 birim artacaktır. 26-30 yaş grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 27).

31-40 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-7,122$; $p<0,001$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,281$; $F(1,130)=50,726$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %28'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,385 birim azalacaktır. 31-40 yaş grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 27).

41 ve üstü yaş grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,710$; $p<0,001$), Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-$

2,417; $p < 0,05$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,284$; $p < 0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,209$; $F(3,188)=16,522$; $p < 0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,198 birim ve Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,203 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,182 birim artacaktır. 41 ve üstü yaş grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 27).

Tablo 28. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
18-25 Yaş	(Sabit)	28,265	2,202		12,837	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,099	0,032	-0,254	-3,091	0,002
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,460	0,097	-0,671	-4,732	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,401	0,110	0,543	3,633	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,225	0,080	0,290	2,797	0,006
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,209	0,077	-0,337	-2,710	0,008
$R^2=0,272$; $F(5,118)=8,819$; $p=0,000$						
26-30 Yaş	(Sabit)	27,548	2,606		10,570	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,528	0,105	-0,647	-5,029	0,000
	Kadercilik Puanı	0,520	0,151	0,289	3,434	0,001
	Şansa İnanma Puanı	-0,217	0,075	-0,245	-2,884	0,005
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,420	0,137	0,444	3,067	0,003
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,166	0,084	-0,204	-1,983	0,049
$R^2=0,324$; $F(5,108)=10,349$; $p=0,000$						
31-40 Yaş	(Sabit)	28,753	1,586		18,133	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,320	0,051	-0,566	-6,259	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,293	0,096	0,279	3,060	0,003
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,061	0,027	-0,175	-2,291	0,024
$R^2=0,271$; $F(3,128)=15,879$; $p=0,000$						
41 ve Üstü Yaş	(Sabit)	33,360	1,657		20,138	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,175	0,084	-0,196	-2,072	0,040
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,121	0,024	-0,350	-5,087	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,350	0,089	-0,307	-3,918	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,230	0,072	-0,299	-3,182	0,002
	Duyguları Bastırma Şeması Puanı	0,179	0,075	0,203	2,398	0,018
	Şansa İnanma Puanı	0,112	0,055	0,152	2,025	0,044
$R^2=0,296$; $F(6,185)=12,493$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri yaş gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. 18-25 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Kişisel Kontrol ($t=-3,091$; $p<0,01$), Başarısızlık Şeması ($t=-4,732$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,633$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=2,797$; $p<0,01$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,710$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,272$; $F(5,118)=8,819$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Anlam puanı, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,099 birim, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,460 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,209 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,401 birim ve Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,225 birim artacaktır. 18-25 yaş grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 28).

26-30 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,029$; $p<0,001$), Kadercilik ($t=3,434$; $p<0,01$), Şansa İnanma ($t=-2,884$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,067$; $p<0,01$) ve Onay Arayıcılık Şeması ($t=-1,983$; $p<0,05$), değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,324$; $F(5,108)=10,349$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %32'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,528 birim, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,217 birim ve Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,166 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,520 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,420 birim artacaktır. 26-30 yaş grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte

alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 28).

31-40 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-6,259$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,060$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,291$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,271$; $F(3,128)=15,879$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Anlam puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,320 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,061 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,293 birim artacaktır. 31-40 yaş grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 28).

41 ve üstü yaş grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-2,072$; $p<0,05$), Kişisel Kontrol ($t=-5,087$; $p<0,001$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=-3,918$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,182$; $p<0,01$), Duyguları Bastırma Şeması ($t=2,398$; $p<0,05$) ve Şansa İnanma ($t=2,025$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,296$; $F(6,185)=12,493$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %30'dur. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,175 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,121 birim, Adil Olmayan Dünya İnancı puanı bir birim arttığında 0,350 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,230 birim azalacak; Duyguları Bastırma Şeması puanı bir birim arttığında 0,179 birim ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,112 birim artacaktır. 41 ve üstü yaş grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5

kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 28).

Tablo 29. Yaş Gruplarına Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
18-25 Yaş	(Sabit)	20,939	1,145		18,291	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,488	0,087	-0,746	-5,614	0,000
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,287	0,069	0,433	4,157	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,296	0,103	0,421	2,870	0,005
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,166	0,078	-0,282	-2,128	0,035
$R^2=0,288$; $F(4,119)=12,035$; $p=0,000$						
26-30 Yaş	(Sabit)	23,882	1,129		21,160	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,598	0,094	-0,768	-6,375	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,192	0,075	0,226	2,560	0,012
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,437	0,129	0,484	3,371	0,001
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,204	0,086	-0,254	-2,371	0,019
$R^2=0,359$; $F(4,109)=15,288$; $p=0,000$						
31-40 Yaş	(Sabit)	24,905	0,652		38,224	0,000
	İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,120	0,034	-0,297	-3,547	0,001
$R^2=0,088$; $F(1,130)=12,580$; $p=0,001$						
41 ve Üstü Yaş	(Sabit)	26,636	1,528		17,428	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,268	0,062	-0,312	-4,321	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,243	0,081	0,222	3,009	0,003
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,053	0,023	-0,161	-2,323	0,021
$R^2=0,134$; $F(3,188)=9,709$; $p=0,001$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri yaş gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. 18-25 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,614$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması ($t=4,157$; $p<0,01$), Kusurluluk Şeması ($t=2,870$; $p<0,01$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,128$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,288$; $F(4,119)=12,035$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,488 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,166 birim azalacak; Cezalandırılma Şeması puanı bir birim arttığında 0,287 birim ve

Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,296 birim artacaktır. 18-25 yaş grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 29).

26-30 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,375$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=2,560$; $p<0,05$), Terk Edilme Şeması ($t=3,371$; $p<0,01$) ve Karamsarlık Şeması ($t=-2,371$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,359$; $F(4,109)=15,288$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %36'dır. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,598 birim ve Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,204 birim azalacak; Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,192 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,437 birim artacaktır. 26-30 yaş grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 29).

31-40 yaş grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,547$; $p<0,01$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,088$; $F(1,120)=12,580$; $p<0,01$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %9'dur. Ayrıca Başarı puanı, İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,120 birim azalacaktır. 31-40 yaş grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 29).

41 ve üstü yaş grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması

($t=-4,321$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,009$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,323$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,134$; $F(3,188)=9,709$; $p<0,01$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %13'tür. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,268 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,053 birim, azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,243 birim artacaktır. 41 ve üstü yaş grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 29).

Tablo 30. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Lise ve Altı	(Sabit)	22,186	1,413		15,700	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,598	0,130	-0,987	-4,614	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,452	0,114	0,537	3,961	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,426	0,137	0,660	3,111	0,003
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,225	0,104	-0,321	-2,167	0,033
$R^2=0,290$; $F(4,82)=8,382$; $p=0,001$						
Lisans	(Sabit)	29,290	1,125		26,047	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,283	0,050	-0,435	-5,662	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,079	0,019	-0,209	-4,229	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,240	0,075	0,276	3,201	0,001
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,099	0,044	-0,182	-2,228	0,027
$R^2=0,185$; $F(4,342)=19,433$; $p=0,001$						
Lisansüstü	(Sabit)	29,200	1,568		18,626	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,406	0,057	-0,580	-7,139	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,305	0,093	0,265	3,287	0,001
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,073	0,028	-0,191	-2,594	0,011
$R^2=0,340$; $F(3,124)=21,254$; $p=0,001$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri eğitim durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut

toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,614$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=3,961$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,111$; $p<0,01$) ve Onay Arayıcılık Şeması ($t=-2,167$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,290$; $F(4,82)=8,382$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,598 birim ve Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,225 birim azalacak; Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,452 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,426 birim artacaktır. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 30).

Lisans durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,662$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,229$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=3,201$; $p<0,01$) ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,228$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,185$; $F(4,342)=19,433$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,283 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,079 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,099 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,240 birim artacaktır. Lisans eğitim durumu grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 30).

Lisansüstü durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-7,139$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,287$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,594$; $p<0,0$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,340$; $F(3,124)=21,254$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %34'tür. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,406 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,073 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,305 birim artacaktır. Lisansüstü eğitim durumu grubunda, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 30).

Tablo 31. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Lise ve Altı	(Sabit)	31,419	2,000		15,708	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	-0,246	0,065	-0,378	-3,777	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,123	0,034	-0,360	-3,601	0,001
$R^2=0,208$; $F(2,84)=11,010$; $p=0,000$						
Lisans	(Sabit)	28,883	1,043		27,693	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,233	0,045	-0,394	-5,157	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,064	0,017	-0,184	-3,694	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,175	0,083	0,189	2,119	0,035
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,221	0,060	-0,295	-3,694	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,167	0,079	0,212	2,126	0,034
$R^2=0,166$; $F(5,341)=13,600$; $p=0,000$						
Lisansüstü	(Sabit)	26,429	1,060		24,924	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,321	0,058	-0,486	-5,514	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,402	0,100	0,369	4,017	0,000
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,147	0,065	-0,212	-2,271	0,025
$R^2=0,278$; $F(3,124)=15,920$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri eğitim durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam

puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Terk Edilme Şeması ($t=-3,777$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,601$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,208$; $F(2,84)=11,010$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,246 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,123 birim azalacaktır. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 31).

Lisans durumu grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,157$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,694$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=2,119$; $p<0,05$), Başarısızlık Şeması ($t=-3,694$; $p<0,001$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,126$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,166$; $F(5,341)=13,600$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %17'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,233 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,064 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,221 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,175 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,167 birim artacaktır. Lisans eğitim durumu grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 31).

Lisansüstü durumu grubunda, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,514$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=4,017$; $p<0,001$) ve Onay Arayıcılık Şeması ($t=-2,271$; $p<0,05$)

değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,278$; $F(3,124)=15,920$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %28'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,321 birim ve Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,147 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,402 birim artacaktır. Lisansüstü eğitim durumu grubunda, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 31).

Tablo 32. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin		t	p
			Standart	Beta		
Lise ve Altı	(Sabit)	29,936	2,384		12,558	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,144	0,043	-0,353	-3,353	0,001
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,118	0,039	-0,318	-3,015	0,003
	$R^2=0,156$; $F(2,84)=7,700$; $p=0,001$					
Lisans	(Sabit)	23,672	0,653		36,247	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,350	0,062	-0,437	-5,635	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,212	0,064	0,222	3,302	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,184	0,053	-0,303	-3,470	0,001
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması Puanı	0,101	0,035	0,169	2,849	0,005
$R^2=0,249$; $F(4,342)=28,325$; $p=0,000$						
Lisansüstü	(Sabit)	26,523	1,040		25,496	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,264	0,051	-0,438	-5,173	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,196	0,052	-0,310	-3,737	0,000
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,122	0,050	0,198	2,452	0,016
$R^2=0,338$; $F(3,124)=21,146$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri eğitim durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin

edilmiştir. Modelde İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,353$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,015$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,156$; $F(2,84)=7,700$; $p<0,01$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %16'dır. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,144 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,118 birim azalacaktır. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 32).

Lisans durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-5,635$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=3,302$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,470$; $p<0,01$) ve Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim ($t=2,849$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,249$; $F(4,342)=28,325$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %25'tir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,350 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,184 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,212 birim ve Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim puanı bir birim arttığında 0,101 birim artacaktır. Lisans eğitim durumu grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 32).

Lisansüstü durumu grubunda, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,173$; $p<0,001$), İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,737$; $p<0,001$) ve Cezalandırılma Şeması ($t=2,452$; $p<0,05$),

değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,338$; $F(3,124)=21,146$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %34'tür. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,264 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,196 birim azalacak; Cezalandırılma Şeması puanı bir birim arttığında 0,122 birim artacaktır. Lisansüstü eğitim durumu grubunda, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 32).

Tablo 33. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin		t	p
			Standart	Beta		
Lise ve Altı	(Sabit)	34,852	2,274		15,328	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,358	0,071	-0,473	-5,056	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,173	0,038	-0,431	-4,608	0,000
$R^2=0,310$; $F(2,84)=18,840$; $p=0,000$						
Lisans	(Sabit)	32,175	1,317		24,425	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,304	0,060	-0,373	-5,073	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,097	0,018	-0,259	-5,418	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,259	0,072	-0,187	-3,616	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,293	0,071	0,342	4,106	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,280	0,051	-0,437	-5,443	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,177	0,062	0,151	2,884	0,004
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,126	0,063	0,147	2,006	0,046
$R^2=0,278$; $F(7,339)=18,607$; $p=0,000$						
Lisansüstü	(Sabit)	28,427	1,122		25,337	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,234	0,101	-0,241	-2,329	0,022
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,416	0,080	-0,608	-5,171	0,000
	Duyguları Bastırma Şeması Puanı	0,324	0,087	0,379	3,707	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,295	0,101	0,262	2,928	0,004
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,214	0,067	-0,297	-3,183	0,002
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,416	0,128	0,379	3,240	0,002
İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,161	0,079	-0,225	-2,047	0,043	
$R^2=0,381$; $F(7,120)=10,540$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri eğitim durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-5,056$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-4,608$; $p<0,001$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,310$; $F(2,84)=18,840$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %31'dir. Ayrıca Anlam puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,358 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,173 birim azalacaktır. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 33).

Lisans durumu grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,073$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-5,418$; $p<0,001$), Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=-3,616$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,106$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,443$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,884$; $p<0,01$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,006$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,278$; $F(7,339)=18,607$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %28'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,304 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,097 birim, Adil Olmayan Dünya İnancı puanı bir birim arttığında 0,259 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,280 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,293 birim, Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,177 birim ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,126 birim artacaktır. Lisans eğitim durumu grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu

ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 33).

Lisansüstü durumu grubunda, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-2,329$; $p<0,05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,171$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($t=3,707$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,928$; $p<0,01$), Onay Arayıcılık Şeması ($t=-3,183$; $p<0,01$), Terk Edilme Şeması ($t=3,240$; $p<0,01$) ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,047$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,381$; $F(7,120)=10,540$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %38'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,234 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,416 birim, Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,214 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,161 birim azalacak; Duyguları Bastırma Şeması puanı bir birim arttığında 0,324 birim, Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,295 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,416 birim artacaktır. Lisansüstü eğitim durumu grubunda, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 33).

Tablo 34. Eğitim Durumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Lise ve Altı	(Sabit)	32,090	2,223		14,437	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,358	0,057	-0,576	-6,234	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,117	0,037	-0,290	-3,136	0,002
	$R^2=0,330$; $F(2,84)=20,714$; $p=0,000$					
Lisans	(Sabit)	26,906	1,122		23,987	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,299	0,058	-0,394	-5,151	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,209	0,061	0,190	3,445	0,001
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,058	0,017	-0,167	-3,335	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,173	0,046	-0,289	-3,742	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,257	0,069	0,321	3,718	0,000
$R^2=0,181$; $F(5,341)=15,070$; $p=0,000$						
Lisansüstü	(Sabit)	23,918	1,028		23,257	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,346	0,075	-0,384	-4,636	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,235	0,087	0,225	2,719	0,007
$R^2=0,168$; $F(2,125)=12,606$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri eğitim durumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,234$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,136$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,330$; $F(2,84)=20,714$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %33'tür. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,358 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,117 birim azalacaktır. Lise ve altı eğitim durumu grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 34).

Lisans durumu grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için

çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,151$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,445$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-3,335$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,742$; $p<0,001$) ve Kusurluluk Şeması ($t=3,718$; $p<0,001$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,181$; $F(5,341)=15,070$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %18'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,299 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,058 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,173 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,209 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,257 birim artacaktır. Lisans eğitim durumu grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 34).

Lisansüstü durumu grubunda, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,636$; $p<0,001$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,719$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,381$; $F(7,120)=10,540$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %38'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,346 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,235 birim artacaktır. Lisansüstü eğitim durumu grubunda, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 34).

Tablo 35. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	25,000	1,176		21,264	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-,0365	0,104	-0,346	-3,512	0,001
$R^2=0,119$; $F(1,91)=12,335$; $p=0,001$						
İlgisiz	(Sabit)	23,886	1,788		13,363	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,955	0,204	-1,001	-4,682	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,808	0,216	0,802	3,751	0,001
$R^2=0,423$; $F(2,30)=11,002$; $p=0,001$						
Demokratik	(Sabit)	30,288	1,236		24,497	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,310	0,062	-0,490	-4,994	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,085	0,021	-0,226	-4,106	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,291	0,098	0,345	2,964	0,003
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,217	0,083	-0,274	-2,605	0,010
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,310	0,100	0,319	3,090	0,002
$R^2=0,276$; $F(6,241)=15,333$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	29,769	1,436		20,730	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,230	0,040	-0,386	-5,825	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,090	0,024	-0,250	-3,772	0,000
$R^2=0,195$; $F(2,185)=22,399$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri anne tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-3,512$; $p<0,01$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,119$; $F(1,91)=12,335$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,356 birim azalacaktır. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema

alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 35).

Anne tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-4,682$; $p<0,001$) ve Terk Edilme Şeması ($t=3,751$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,423$; $F(2,30)=11,002$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %42'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,955 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,808 birim artacaktır. Anne tutumu ilgisiz olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 35).

Anne tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,994$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,106$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=2,964$; $p<0,01$), Başarısızlık Şeması ($t=-2,605$; $p<0,05$), Terk Edilme Şeması ($t=3,090$; $p<0,01$) ve Karamsarlık Şeması ($t=-2,490$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,276$; $F(6,241)=15,333$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %28'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,310 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,085 birim, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,217 birim ve Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,182 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,291 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,310 birim artacaktır. Anne tutumu demokratik olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır.

Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 35).

Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,825$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,772$; $p<0,001$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,195$; $F(2,185)=22,399$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,230 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,090 birim azalacaktır. Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 35).

Tablo 36. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	31,283	1,895		16,507	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	-0,436	0,095	-0,416	-4,599	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,108	0,035	-0,283	-3,129	0,002
$R^2=0,266$; $F(2,90)=16,318$; $p=0,000$						
İlgisiz	(Sabit)	25,414	1,046		24,305	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,626	0,121	-1,006	-5,158	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,389	0,139	0,591	2,795	0,009
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,290	0,092	-0,525	-3,137	0,004
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,286	0,139	0,430	2,057	0,049
$R^2=0,645$; $F(4,28)=12,720$; $p=0,000$						
Demokratik	(Sabit)	27,195	1,381		19,688	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,292	0,059	-0,471	-4,970	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,349	0,088	0,367	3,970	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,056	0,022	-0,152	-2,580	0,010
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,174	0,074	-0,222	-2,348	0,020
Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,170	0,076	0,148	2,240	0,026	
$R^2=0,195$; $F(5,242)=11,751$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	24,379	0,860		28,357	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,285	0,057	-0,557	-5,020	0,000
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,160	0,049	0,268	3,286	0,001
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,242	0,067	-0,382	-3,604	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,302	0,081	0,459	3,745	0,000
$R^2=0,198$; $F(4,183)=11,268$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri anne tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Terk Edilme Şeması ($t=-4,599$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,129$; $p<0,01$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,266$; $F(2,90)=16,318$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,436 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,108 birim azalacaktır. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta,

Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 36).

Anne tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-5,158$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=2,795$; $p<0,01$), Başarısızlık Şeması ($t=3,137$; $p<0,01$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ($t=2,057$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,645$; $F(4,28)=12,720$; $p<0,01$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %65'tir. Ayrıca Bağlanma puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,626 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,290 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,389 birim ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık puanı bir birim arttığında 0,286 birim artacaktır. Anne tutumu ilgisiz olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 36).

Anne tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,970$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=3,970$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-2,580$; $p<0,05$), Karamsarlık Şeması ($t=-2,348$; $p<0,05$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,240$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,195$; $F(5,242)=11,751$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,292 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,056 birim ve Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,174 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,389 birim ve Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,286 birim artacaktır. Anne tutumu demokratik olan

grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 Şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir Şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 36).

Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA lçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema lçeği ve Kontrol Odağı lçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,020$; $p<0,001$), Cezalandırılma Şeması ($t=3,286$; $p<0,01$), BaŐarisızlık Şeması ($t=-3,604$; $p<0,001$) ve Kusurluluk Şeması ($t=3,745$; $p<0,001$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir Şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,198$; $F(4,183)=11,268$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,285 birim ve BaŐarisızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,242 birim azalacak; Cezalandırılma Şeması puanı bir birim arttığında 0,160 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,302 birim artacaktır. Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 Şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir Şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 36).

Tablo 37. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	25,902	0,977		26,510	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,500	0,086	-0,519	-5,786	0,000
$R^2=0,269$; $F(1,91)=11,268$; $p=0,000$						
İlgisiz	(Sabit)	19,597	2,008		9,757	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,401	0,099	-0,618	-4,034	0,000
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması Puanı	0,240	0,094	0,393	2,565	0,016
$R^2=0,374$; $F(2,30)=8,970$; $p=0,001$						
Demokratik	(Sabit)	28,143	1,193		23,600	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,480	0,061	-0,584	-7,837	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,064	0,021	-0,172	-3,109	0,002
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,188	0,071	0,197	2,644	0,009
$R^2=0,251$; $F(3,244)=27,293$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	25,424	1,104		23,024	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,341	0,062	-0,634	-5,520	0,000
	Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması Puanı	0,135	0,049	0,251	2,754	0,006
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	-0,116	0,045	-0,187	-2,559	0,011
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,147	0,073	0,212	2,024	0,044
$R^2=0,189$; $F(4,183)=10,691$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri anne tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-5,786$; $p<0,001$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,269$; $F(1,91)=11,268$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %27'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,500 birim azalacaktır. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 37).

Anne tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-4,034$; $p<0,001$) ve Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($t=2,565$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,374$; $F(2,30)=8,970$; $p<0,01$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %37'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,401 birim azalacak; Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması puanı bir birim arttığında 0,240 birim artacaktır. Anne tutumu ilgisiz olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 37).

Anne tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-7,837$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,109$; $p<0,01$) ve Terk Edilme Şeması ($t=2,644$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,251$; $F(3,244)=27,293$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %25'tir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,480 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,064 birim azalacak; Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,188 birim artacaktır. Anne tutumu demokratik olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 37).

Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,520$; $p<0,001$),

Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması ($t=2,754$; $p<0,01$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=-2,559$; $p<0,05$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,024$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,189$; $F(4,183)=10,691$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %19'dur. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,341 birim ve Çabalamanın Anlamsızlığı puanı bir birim arttığında 0,116 birim azalacak; Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim Şeması puanı bir birim arttığında 0,135 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,147 birim artacaktır. Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 37).

Tablo 38. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	21,723	1,868		11,627	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,476	0,066	-0,655	-7,176	0,000
	Kadercilik Puanı	0,490	0,141	0,274	3,487	0,001
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,241	0,080	0,298	3,023	0,003
	Cezalandırılma Şeması Puanı	-0,148	0,068	-0,207	-2,171	0,033
$R^2=0,476$; $F(4,88)=20,003$; $p=0,000$						
Demokratik	(Sabit)	32,112	1,300		24,698	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,383	0,090	-0,455	-4,280	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,113	0,022	-0,284	-5,223	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,452	0,109	0,504	4,155	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,258	0,061	-0,384	-4,235	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,331	0,105	0,321	3,150	0,002
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,172	0,065	-0,300	-2,660	0,008
$R^2=0,292$; $F(6,241)=16,566$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	25,115	1,721		14,589	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,233	0,054	-0,477	-4,324	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,125	0,050	-0,169	-2,477	0,014
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,332	0,091	0,287	3,654	0,000
	Kadercilik Puanı	0,336	0,106	0,217	3,167	0,002
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,141	0,060	-0,208	-2,358	0,019
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,208	0,086	0,257	2,427	0,016
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,211	0,069	-0,353	-3,054	0,003
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,201	0,090	0,261	2,220	0,028
$R^2=0,301$; $F(8,179)=9,639$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri anne tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-7,176$; $p<0,001$), Kadercilik ($t=3,487$; $p<0,01$), Kendini Feda Şeması ($t=3,023$; $p<0,01$) ve Cezalandırılma Şeması ($t=-2,171$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,476$; $F(4,88)=20,003$; $p<0,001$.

Modelin Anlamı açıklama oranı %48'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,476 birim ve Cezalandırılma Şeması puanı bir birim arttığında 0,148 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,490 birim ve Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,241 birim artacaktır. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 38).

Anne tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-4,280$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-5,223$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,155$; $p<0,001$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,235$; $p<0,001$), Terk Edilme Şeması ($t=3,150$; $p<0,01$) ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-2,660$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,292$; $F(6,241)=16,566$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,383 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,113 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,258 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,172 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,452 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,331 birim artacaktır. Anne tutumu demokratik olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 38).

Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-4,324$; $p<0,001$), Şansa İnanma ($t=-2,477$; $p<0,05$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,654$; $p<0,001$), Kadercilik ($t=3,167$; $p<0,01$), Onay

Arayıcılık Şeması ($t=-2,358$; $p<0,05$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,427$; $p<0,05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,054$; $p<0,01$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,220$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,301$; $F(8,179)=9,639$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %30'dur. Ayrıca Anlam puanı, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,233 birim, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,125 birim, Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,141 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,211 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,332 birim, Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,336 birim, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,208 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,201 birim artacaktır. Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 38).

Tablo 39. Anne Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	22,826	1,653		13,810	0,000
	Terk Edilme Şeması Puanı	-0,270	0,124	-0,258	-2,179	0,032
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,316	0,094	-0,420	-3,345	0,001
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	0,248	0,075	0,303	3,283	0,001
	$R^2=0,358$; $F(3,89)=16,553$; $p=0,000$					
Demokratik	(Sabit)	27,172	1,389		19,558	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,467	0,084	-0,585	-5,543	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,295	0,100	0,347	2,948	0,004
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,054	0,021	-0,143	-2,530	0,012
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,239	0,061	-0,375	-3,913	0,000
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,197	0,076	0,167	2,606	0,010
	Terk Edilme Şeması Puanı	0,212	0,096	0,217	2,212	0,028
$R^2=0,261$; $F(6,241)=14,209$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	23,343	0,925		25,248	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,185	0,059	-0,275	-3,116	0,002
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,285	0,086	0,272	3,319	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,130	0,053	-0,239	-2,465	0,015
	Cezalandırılma Şeması Puanı	0,183	0,060	0,288	3,068	0,002
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	-0,155	0,058	-0,253	-2,674	0,008
$R^2=0,226$; $F(5,182)=10,610$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri anne tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Terk Edilme Şeması ($t=-2,179$; $p<0,05$), Başarısızlık Şeması ($t=-3,345$; $p<0,01$) ve Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=-3,283$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,358$; $F(3,89)=16,553$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %36'dır. Ayrıca Başarı puanı, Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,270 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,316 birim azalacak; Çabalamanın Anlamsızlığı puanı bir birim arttığında 0,248 birim artacaktır. Anne tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde,

14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 39).

Anne tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-5,543$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=2,948$; $p<0,01$), Kişisel Kontrol ($t=-2,530$; $p<0,05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,913$; $p<0,001$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,606$; $p<0,05$) ve Terk Edilme Şeması ($t=2,212$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,261$; $F(6,241)=14,209$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,467 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,054 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,239 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,295 birim, Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,197 birim ve Terk Edilme Şeması puanı bir birim arttığında 0,212 birim artacaktır. Anne tutumu demokratik olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 39).

Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-3,116$; $p<0,01$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,319$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,465$; $p<0,05$), Cezalandırılma Şeması ($t=3,068$; $p<0,01$) ve Onay Arayıcılık Şeması ($t=-2,674$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,226$; $F(5,182)=10,610$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %23'tür. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,185 birim, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,130 birim ve Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,155 birim azalacak; Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,285 birim ve Cezalandırılma Şeması

puanı bir birim arttığında 0,183 birim artacaktır. Anne tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 39).

Tablo 40. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (P) Olumlu Duygular Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	22,282	1,749		12,736	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,291	0,076	-0,344	-3,803	0,000
	Kadercilik Puanı	0,388	0,140	0,212	2,766	0,007
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,213	0,084	-0,229	-2,527	0,013
	$R^2=0,290$; $F(3,121)=16,434$; $p=0,000$					
İlgisiz	(Sabit)	22,076	2,279		9,688	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,296	0,095	-0,331	-3,110	0,003
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	0,325	0,091	0,399	3,565	0,001
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	-0,476	0,184	-0,295	-2,590	0,012
$R^2=0,255$; $F(3,73)=8,310$; $p=0,000$						
Demokratik	Sabit)	30,239	1,209		25,017	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,252	0,054	-0,406	-4,629	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,097	0,020	-0,265	-4,843	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,350	0,083	0,418	4,213	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,228	0,067	-0,303	-3,415	0,001
$R^2=0,204$; $F(4,269)=17,215$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	29,385	1,883		15,609	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,228	0,085	-0,272	-2,681	0,009
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,086	0,034	-0,256	-2,516	0,014
$R^2=0,145$; $F(2,83)=7,022$; $p=0,002$						

PERMA Ölçeği Olumlu Duygular puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri baba tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-3,803$; $p<0,001$), Kadercilik ($t=2,766$; $p<0,01$) ve Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-2,527$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel

olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,290$; $F(3,121)=16,434$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,356 birim ve Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,356 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,356 birim artacaktır. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 40).

Baba tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-3,110$; $p<0,01$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=3,565$; $p<0,01$) ve Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=-2,590$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,255$; $F(3,73)=8,310$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,296 birim ve Adil Olmayan Dünya İnancı puanı bir birim arttığında 0,476 birim azalacak; Çabalamanın Anlamsızlığı puanı bir birim arttığında 0,325 birim artacaktır. Baba tutumu ilgisiz olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 40).

Baba tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,629$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,843$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,213$; $p<0,001$) ve Başarısızlık Şeması ($t=-3,415$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,204$; $F(4,269)=17,215$; $p<0,001$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %20'dir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı,

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,252 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,097 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,228 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,350 birim artacaktır. Baba tutumu demokratik olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 40).

Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-2,681$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,516$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,145$; $F(2,83)=7,022$; $p<0,01$. Modelin Olumlu Duyguları açıklama oranı %15'tir. Ayrıca Olumlu Duygular puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,228 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,086 birim azalacaktır. Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Olumlu Duygular puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 40).

Tablo 41. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (E) Bağlanma Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	23,994	1,163		20,634	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,271	0,071	-0,358	-3,826	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,288	0,075	0,335	3,829	0,000
	Duyguları Bastırma Şeması Puanı	-0,261	0,079	-0,314	-3,294	0,001
	$R^2=0,277$; $F(3,121)=15,444$; $p=0,000$					
İlgisiz	(Sabit)	27,827	1,972		14,112	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,243	0,072	-0,472	-3,373	0,001
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,415	0,112	0,565	3,716	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,280	0,098	-0,405	-2,854	0,006
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,068	0,033	-0,209	-2,102	0,039
$R^2=0,307$; $F(4,72)=7,989$; $p=0,000$						
Demokratik	(Sabit)	28,269	1,133		24,945	0,000
	Karamsarlık Şeması Puanı	-0,211	0,042	-0,287	-5,030	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,067	0,020	-0,191	-3,355	0,001
$R^2=0,118$; $F(2,271)=18,138$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	29,217	2,291		12,754	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,195	0,078	-0,262	-2,490	0,015
$R^2=0,069$; $F(1,84)=6,201$; $p=0,015$						

PERMA Ölçeği Bağlanma puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri baba tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-3,826$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=3,829$; $p<0,001$) ve Duyguları Bastırma ($t=-3,294$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,277$; $F(3,121)=15,444$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %28'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,271 birim ve Duyguları Bastırma puanı bir birim arttığında 0,261 birim azalacak; Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,288 birim artacaktır. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu

birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 41).

Baba tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,373$; $p<0,01$), Tehditler Karşısında Dayanısızlık Şeması ($t=3,716$; $p<0,001$), Karamsarlık Şeması ($t=-2,854$; $p<0,01$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,102$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,307$; $F(4,72)=7,989$; $p<0,01$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %31'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,243 birim, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,280 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,068 birim azalacak; Tehditler Karşısında Dayanısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,415 birim artacaktır. Baba tutumu ilgisiz olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 41).

Baba tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Karamsarlık Şeması ($t=-5,030$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,355$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,118$; $F(2,271)=18,138$; $p<0,001$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %12'dir. Ayrıca Bağlanma, Karamsarlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,211 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,067 azalacaktır. Baba tutumu demokratik olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 41).

Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Bağlanma toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile

yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Şansa İnanma ($t=-2,490$; $p<0,05$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,069$; $F(1,84)=6,201$; $p<0,05$. Modelin Bağlanmayı açıklama oranı %7'dir. Ayrıca Bağlanma puanı, Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,195 birim azalacaktır. Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Bağlanma puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 41).

Tablo 42. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (R) Olumlu İlişkiler Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	23,630	1,123		21,048	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,459	0,063	-0,586	-7,335	0,000
	Adil Olmayan Dünya İnancı Puanı	0,227	0,099	0,184	2,302	0,023
$R^2=0,306$; $F(2,122)=26,912$; $p=0,000$						
İlgisiz	(Sabit)	24,202	1,179		20,535	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,242	0,060	-0,424	-4,058	0,000
$R^2=0,180$; $F(1,75)=16,467$; $p=0,000$						
Demokratik	(Sabit)	28,575	1,128		25,342	0,000
	Duygusal Yoksunluk Şeması Puanı	-0,330	0,046	-0,398	-7,241	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,068	0,020	-0,190	-3,461	0,001
$R^2=0,180$; $F(2,271)=30,705$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	25,928	2,484		10,440	0,000
	Onay Arayıcılık Şeması Puanı	0,254	0,091	0,366	2,801	0,006
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	-0,398	0,112	-0,475	-3,557	0,001
	Şansa İnanma Puanı	-0,161	0,079	-0,207	-2,039	0,045
$R^2=0,208$; $F(3,82)=7,157$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri baba tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt

boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-7,335$; $p<0,001$), ve Adil Olmayan Dünya İnancı ($t=2,302$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,306$; $F(2,122)=26,912$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %31'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,459 birim azalacak; Adil Olmayan Dünya İnancı puanı bir birim arttığında 0,227 birim artacaktır. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 42).

Baba tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-4,058$; $p<0,001$) değişkeni istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,180$; $F(1,75)=16,467$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %18'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,242 birim azalacaktır. Baba tutumu ilgisiz olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 42).

Baba tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Duygusal Yoksunluk Şeması ($t=-7,241$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-3,461$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,180$; $F(2,271)=30,705$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %18'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler, Duygusal Yoksunluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,330 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,068 azalacaktır. Baba tutumu demokratik olan grupta, Olumlu

İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 42).

Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Olumlu İlişkiler toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Onay Arayıcılık Şeması ($t=2,801$; $p<0,01$), Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=-3,557$; $p<0,01$) ve Şansa İnanma ($t=-2,039$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,208$; $F(3,82)=7,157$; $p<0,001$. Modelin Olumlu İlişkileri açıklama oranı %21'dir. Ayrıca Olumlu İlişkiler puanı, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,398 birim ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,161 birim azalacak; Onay Arayıcılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,254 birim artacaktır. Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Olumlu İlişkiler puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 42).

Tablo 43. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (M) Anlam Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B'nin				
		B	Standart Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	24,591	1,164		21,131	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,187	0,058	-0,325	-3,202	0,002
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,246	0,077	-0,325	-3,182	0,002
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,190	0,073	0,222	2,626	0,010
	$R^2=0,287$; $F(3,121)=16,269$; $p=0,000$					
İlgisiz	(Sabit)	32,314	2,235		14,459	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,254	0,099	-0,359	-2,559	0,013
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,122	0,037	-0,315	-3,334	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,251	0,084	-0,411	-2,969	0,004
	Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması Puanı	0,251	0,124	0,289	2,015	0,048
$R^2=0,363$; $F(4,72)=10,270$; $p=0,000$						
Demokratik	(Sabit)	32,760	1,571		20,851	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,417	0,068	-0,531	-6,150	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,095	0,021	-0,248	-4,541	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,303	0,074	0,347	4,087	0,000
	Şansa İnanma Puanı	-0,111	0,043	-0,143	-2,553	0,011
$R^2=0,220$; $F(4,269)=19,018$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	28,608	2,574		11,116	0,000
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,684	0,131	-0,886	-5,210	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,102	0,030	-0,270	-3,387	0,001
	Adil Olmayan Dünya İnanıcı Puanı	-0,495	0,150	-0,370	-3,295	0,001
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,626	0,138	0,769	4,527	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,481	0,092	-0,910	-5,220	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,246	0,098	0,264	2,515	0,014
	Çabalamanın Anlamsızlığı Puanı	0,324	0,085	0,428	3,808	0,000
	Duyguları Bastırma Şeması Puanı	0,379	0,132	0,423	2,873	0,005
Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,264	0,116	0,211	2,273	0,026	
$R^2=0,561$; $F(9,76)=10,770$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Anlam puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri baba tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-3,202$; $p<0,01$), Başarısızlık Şeması ($t=-3,182$; $p<0,01$) ve Kendini Feda Şeması ($t=2,626$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak

anlamlıdır; $R^2=0,287$; $F(3,121)=16,269$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %29'dur. Ayrıca Anlam puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,187 birim ve Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,246 birim azalacak; Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,190 birim artacaktır. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 43).

Baba tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-2,559$; $p<0,05$), Kişisel Kontrol ($t=-3,334$; $p<0,01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,969$; $p<0,01$) ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması ($t=2,015$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,363$; $F(4,72)=10,270$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %36'dır. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,254 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,122 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,251 birim azalacak; Tehditler Karşısında Dayanıksızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,251 birim artacaktır. Baba tutumu ilgisiz olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 43).

Baba tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,150$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-4,541$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,087$; $p<0,001$) ve Şansa İnanma ($t=-2,553$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,220$; $F(4,269)=19,018$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %22'dir. Ayrıca Anlam puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim

arttığında 0,417 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,095 birim ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,111 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,303 birim artacaktır. Baba tutumu demokratik olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 43).

Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Anlam toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-5,210$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,387$; $p<0,01$), Adil Olmayan Dünya İnanıcı ($t=-3,295$; $p<0,01$), Kusurluluk Şeması ($t=4,527$; $p<0,001$), İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-5,220$; $p<0,001$), Kendini Feda Şeması ($t=2,515$; $p<0,05$), Çabalamanın Anlamsızlığı ($t=3,808$; $p<0,001$), Duyguları Bastırma Şeması ($t=2,873$; $p<0,01$) ve Yüksek Standartlar Şeması ($t=2,273$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,561$; $F(9,76)=10,770$; $p<0,001$. Modelin Anlamı açıklama oranı %56'dır. Ayrıca Anlam puanı, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,684 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,102 birim, Adil Olmayan Dünya İnanıcı puanı bir birim arttığında 0,495 birim ve İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,481 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,626 birim, Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,246 birim, Çabalamanın Anlamsızlığı puanı bir birim arttığında 0,324 birim, Duyguları Bastırma Şeması puanı bir birim arttığında 0,379 birim ve Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,264 birim artacaktır. Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Anlam puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 43).

Tablo 44. Baba Tutumuna Göre PERMA Ölçeği (A) Başarı Puanının Şema ve Kontrol Odağı Ölçek Puanlarıyla Yordanmasına Yönelik Regresyon Analizi Sonuçları

Grup	Bağımsız Değişken	B	B'nin Standart t Hatası	Beta	t	p
Baskıcı-Otoriter	(Sabit)	22,680	1,209		18,758	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,390	0,067	-0,506	-5,850	0,000
	Kendini Feda Şeması Puanı	0,230	0,076	0,262	3,032	0,003
	$R^2=0,223$; $F(2,122)=17,463$; $p=0,000$					
İlgisiz	(Sabit)	30,810	2,217		13,899	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,185	0,045	-0,411	-4,067	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,112	0,038	-0,298	-2,954	0,004
	$R^2=0,246$; $F(2,74)=12,084$; $p=0,000$					
Demokratik	(Sabit)	26,986	1,258		21,455	0,000
	Başarısızlık Şeması Puanı	-0,440	0,066	-0,584	-6,706	0,000
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,366	0,081	0,437	4,490	0,000
	Kişisel Kontrol Puanı	-0,061	0,020	-0,166	-3,069	0,002
	Yüksek Standartlar Şeması Puanı	0,236	0,071	0,206	3,329	0,001
	Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması Puanı	-0,151	0,056	-0,245	-2,700	0,007
$R^2=0,237$; $F(5,268)=16,659$; $p=0,000$						
Aşırı Koruyucu	(Sabit)	25,721	2,515		10,229	0,000
	İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması Puanı	-0,278	0,082	-0,622	-3,392	0,001
	Şansa İnanma Puanı	-0,192	0,072	-0,264	-2,652	0,010
	Kadercilik Puanı	0,382	0,141	0,271	2,709	0,008
	Kusurluluk Şeması Puanı	0,279	0,128	0,406	2,180	0,032
$R^2=0,257$; $F(4,81)=7,022$; $p=0,000$						

PERMA Ölçeği Başarı puanının Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçek alt boyut puanlarıyla yordanması işlemleri baba tutumu gruplarında ayrı ayrı gerçekleştirilmiştir. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=5,850$; $p<0,001$) ve Kendini Feda Şeması ($t=3,032$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,223$; $F(2,122)=17,463$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %22'dir. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,390 birim azalacak; Kendini Feda Şeması puanı bir birim arttığında 0,230 birim artacaktır. Baba tutumu baskıcı-otoriter olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5

kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 44).

Baba tutumu ilgisiz olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-4,067$; $p<0,001$) ve Kişisel Kontrol ($t=-2,954$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,246$; $F(2,74)=12,084$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %25'tir. Ayrıca Başarı puanı, İç İçe Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,185 birim ve Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,112 birim azalacaktır. Baba tutumu ilgisiz olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 44).

Baba tutumu demokratik olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde Başarısızlık Şeması ($t=-6,706$; $p<0,001$), Kusurluluk Şeması ($t=4,490$; $p<0,001$), Kişisel Kontrol ($t=-3,069$; $p<0,01$), Yüksek Standartlar Şeması ($t=3,329$; $p<0,01$) ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması ($t=-2,700$; $p<0,01$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,237$; $F(5,268)=16,659$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %24'tür. Ayrıca Başarı puanı, Başarısızlık Şeması puanı bir birim arttığında 0,440 birim, Kişisel Kontrol puanı bir birim arttığında 0,061 birim ve Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması puanı bir birim arttığında 0,151 birim azalacak; Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,366 birim ve Yüksek Standartlar Şeması puanı bir birim arttığında 0,236 birim artacaktır. Baba tutumu demokratik olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 44).

Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, PERMA Ölçeği Başarı toplam puanının, Young Şema Ölçeği ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyut toplam puanları ile yordanması için çoklu doğrusal regresyon modelleri tahmin edilmiştir. Modelde İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ($t=-3,392$; $p<0,01$), Şansa İnanma ($t=-2,652$; $p<0,05$), Kadercilik ($t=2,709$; $p<0,01$) ve Kusurluluk Şeması ($t=2,180$; $p<0,05$) değişkenleri istatistiksel olarak anlamlı bir şekilde yer almaktadır. Model de istatistiksel olarak anlamlıdır; $R^2=0,257$; $F(4,81)=7,022$; $p<0,001$. Modelin Başarıyı açıklama oranı %26'dır. Ayrıca Başarı puanı, İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması puanı bir birim arttığında 0,278 birim ve Şansa İnanma puanı bir birim arttığında 0,192 birim azalacak; Kadercilik puanı bir birim arttığında 0,382 birim ve Kusurluluk Şeması puanı bir birim arttığında 0,279 birim artacaktır. Baba tutumu aşırı koruyucu olan grupta, Başarı puanının yordanması için kurulan regresyon modelinde, 14 şema alt boyutu ve 5 kontrol odağı alt boyutu birlikte alınmıştır. Modele anlamlı bir şekilde girmeyen alt boyutlar tabloda gösterilmemiştir (Bkz. Tablo 44).

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

3. TARTIŞMA

İyi oluş kavramı literatürde öznel iyi oluş, psikolojik iyi oluş, genel iyi oluş kavramları ile de ele alınan, kişinin fiziksel, mental ve duygusal sağlığının ve yaşam kalitesinin iyi olmasıyla doğrudan ilişkili bir pozitif psikoloji kavramıdır. İyi oluş, yaş, cinsiyet, gelir durumu gibi sosyodemografik değişkenlerden etkilenmekle beraber; kişilik, öz denetim, benlik saygısı, yalnızlık algısı, sosyal izolasyon, depresyon, kaygı, stres düzeyi, biyolojik faktörler gibi değişkenlerden de etkilenmektedir (Seligman, 2011). Yaşamın erken dönemlerinde oluşan erken dönem uyumsuz şemalar, geçmiş yaşantıların etkisiyle ortaya çıkmakta ve bugünkü yaşantımıza etki etmektedir. Değişime dirençli olan bu yapılar, tıpkı doğuştan getirdiğimiz mizacımız gibi düşüncelerimiz, duygularımız ve davranışlarımız üzerinde etkili olmaktadır. Şema kuramına göre, insanların yaşantılarını ve olaylar/durumlar karşısında verdiği tepkileri erken dönemlerdeki kişilerarası deneyimler sonucu oluşan erken dönem uyumsuz şemalar şekillendirmektedir (Young vd., 2003; Vatan, 2016). Kişinin düşünce yapısını bozan ve davranışlarını şekillendirmede etkili olan bu yapılar, doğrudan veya dolaylı olarak duyguları da olumsuz etkilemektedir (Young vd., 2003). Tıpkı erken dönem uyumsuz şemalar gibi kontrol odağı da kişinin erken yaşam deneyimlerinde öğrendikleri ve girdiği beklentiler ile davranışlarını şekillendirmede rol oynayan önemli bir yapıdır. Aynı zamanda bir kişilik özelliği olarak da ele alınması değişmesi güç bir yapı olduğunu ortaya koymaktadır (Krause ve Stryker, 1984). İyi oluş ise, bir durumdan ziyade yaşanan bir süreçtir. Bilişsel bir risk faktörü olarak ele alınan bu sabit yapıların, değişken bir yapı olan iyi oluşu negatif yönde etkilediği bilinmektedir. Bu çalışma kapsamında, iyi oluş kavramı PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Modeli'ne göre ele alınmış ve Olumlu Duygular, Bağlanma, Olumlu İlişkiler, Anlam ve Başarı alt

boyutları ile çalışılmıştır. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kontrol Odağı alt boyutları, PERMA İyi Oluş alt boyutları ile birlikte ele alınarak etkisinin görülmesi amaçlanmıştır. Ayrıca çalışmada ikincil amaç olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ile kontrol odağı alt boyutlarının iyi oluş üzerindeki etkisinin farklı sosyodemografik gruplarda (cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir durumu, algılanan anne tutumu, algılanan baba tutumu) da incelenmesi hedeflenmiştir. Çalışmanın sonuçlarına göre, literatürle benzer olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı alt boyutlarının iyi oluş alt boyutları üzerinde anlamlı etkisi olduğu görülmüştür.

Çalışmada, Kontrol Odağı ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar alt boyutlarının PERMA alt boyutları ile ilişkisi incelenmiş ve tüm şema alt boyutları PERMA alt boyutları ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur. Yalnızca Yüksek Standartlar Şeması alt boyutunun Anlam alt boyutu ile pozitif yönde ilişkili olduğu görülmüştür. Bununla beraber, Kontrol Odağı alt boyutlarının çoğu da PERMA alt boyutları ile negatif yönde ilişkili bulunmuştur.

Çalışmanın temel amacına uygun olarak, PERMA Ölçeği Olumlu Duygular, Bağlanma, Olumlu İlişkiler, Anlam ve Başarı alt boyutları Young Şema ve Kontrol Odağı Ölçeği alt boyutları ile tüm grupta yordanmıştır. Buna göre, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Kusurluluk, Başarısızlık, Karamsarlık ve Duygusal Yoksunluk Şeması ile Kişisel Kontrol puanının *Olumlu Duygular*'ın negatif yordayıcısı olduğu bulunmuştur. Yalnızca Kendini Feda Şeması pozitif yordamaktadır. Ayrıca, en fazla etkiyi Kusurluluk Şeması'nın verdiği görülmüştür. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Başarısızlık ve Kişisel Kontrol puanı *Bağlanma*'yı negatif yönde etkilerken; Yüksek Standartlar ve Kusurluluk Şeması ise pozitif yönde etkilemektedir. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması en fazla etkiyi yaratmaktadır. Duygusal Yoksunluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, İç İç Geçme/Bağımlılık Şeması ile Kişisel Kontrol puanı *Olumlu İlişkiler*'i negatif yönde etkilerken; Terk Edilme Şeması pozitif yönde etkilemektedir. Duygusal Yoksunluk Şemasının en fazla etkide bulunduğu görülmüştür. Terk edilmekten korkma ile ilişkili olan Terk Edilme Şeması, kişinin diğer insanlarla iyi ilişkiler kurma yönünde ekstra çabalamasını ve onları kaybetmemek için tavizler vermesini gerektirmektedir. Bu şemanın aktif olmasının Olumlu İlişkileri pozitif etkilemesi bununla açıklanabilir.

Kendini Feda, İç İçe Geçme/Bağımlılık, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Başarısızlık Şeması ile Kişisel Kontrol ve Adil Olmayan Dünya İnancı puanı *Anlam*'ı negatif yönde yordadığı görülmüştür. Yüksek Standartlar, Kendini Feda ve Kusurluluk Şeması ise pozitif yönde yordamaktadır. Kusurluluk Şeması en yüksek etkiye sahiptir. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Başarısızlık Şeması ile Kişisel Kontrol puanı *Başarı*'yı negatif yönde açıklarken; Yüksek Standartlar, Kendini Feda ve Kusurluluk Şeması pozitif yönde açıklamaktadır. Başarısızlık Şemasının en fazla etkiye sahip olduğu görülmüştür.

PERMA Çok Boyutlu İyi Oluş Modeli'ne göre iyi oluşun değerlendirildiği bu çalışmada, tüm şema alt boyutları iyi oluş ile ilişkili bulunmuştur. Özellikle, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması iyi oluşun tüm alt boyutlarını negatif yönde açıklamaktadır. Bu şemaya sahip kişiler diğer insanlarla bir arada olsalar dahi kendilerini yalnız hissederler. Sosyal ortamlara girmekten olabildiğince kaçınırlar (Young vd., 2003). Bu şemanın sebep olduğu hem fiziksel hem duygusal yalnızlık bireyin kendine dair algısını da olumsuz etkileyerek iyi oluş düzeyini düşürebilmektedir. İlgili literatürde, Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı (Terk Edilme, Kötüye Kullanılma, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik) ve Zedelenmiş Özerklik Şema Alanı (Bağımlılık, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, İç İçe Geçme/Bağımlılık, Başarısızlık) ile psikolojik iyi oluş ve öznel iyi oluşun ilişkili bulunduğu çalışmalar mevcuttur (Alipourchushaly ve Taghiloo, 2015; Sağ ve Bilican, 2020). Kişilerin yetersiz ve eksik hissetmesine yol açan Başarısızlık şemasının, iyi oluşun dört alt boyutunda negatif yönde etkili olduğu görülmüştür. Ayrıca, kendisini sevmeye layık görmeyen, kusurlu olduğu inancına sahip olmalarına sebep olan Kusurluluk şemasının, iyi oluşun dört alt boyutunda pozitif yönde etkili olduğu görülmüştür. Bu şemanın kişilerin, aşağılık kompleksiyle beraber gelen çalışma hırsıyla yüksek hedeflere ulaşabileceği düşünülerek iyi oluş düzeylerinin artabileceği düşünülmektedir. Öz güven algısını zedeleyen Başarısızlık şeması ile öz değer algısını zedeleyen Kusurluluk şeması, kişilerin kendilerini sevmeye, kabullenme, sevilme ve kabul görme ihtiyaçlarının karşılanmasına engel olmaktadır. Bu çalışma ile benzer sonuca sahip bazı diğer çalışmalarda, özellikle Kopukluk/Reddedilmişlik şema alanına sahip kişilerin soğuk, ihmalkar ve tutarsız

ebeveyn tutumuna maruz kalmalarının yaşam doyumlarını ve psikolojik iyi oluşlarını olumsuz etkilediğine değinilmiştir (Asghari vd., 2015; Sahraee vd., 2011). Aşırı eleştirel ve mükemmeliyetçi davranışla karakterize olan Yüksek Standartlar şemasının, iyi oluşun üç alt boyutunda da pozitif yönde etkili olduğu görülmüştür. Kişilerin hayata ve hayatındaki insanlara bakış açısını olumsuz etkileyen ve kişiyi sürekli bir ‘yarış’ hissine sokan bu şema, kişinin hayatın akışına kapılmasını ve anın tadını çıkarmasını engellemektedir (Rafaeli vd., 2018; Young vd., 2003; Soygüt vd., 2009). Ancak mükemmeliyetçiliğin incelendiği bazı çalışmalarda, tıpkı bu çalışmanın sonucunda olduğu gibi, yüksek standartlar şemasının her zaman olumsuz sonuçlar yaratmadığı görülmüştür. Nitekim, kişinin kendisine yüksek hedefler belirleyip bunlara ulaşma noktasında çaba sarf etmesinin aşırıya kaçılmadığı müddetçe uyum bozucu olmadığını gösteren çalışmalar mevcuttur (Dunkley vd., 2003; Frost vd., 1993). Bununla beraber, kendi ihtiyaçlarını yok sayarak diğerlerininkini önceleme eğilimini yaratan Kendini Feda şeması, iyi oluşu üç alt boyutta da pozitif yönde etkilemektedir. Özellikle fedakarlığın yüceltildiği toplumlarda, kültürün bir getirisi olarak, kişiler suçluluk gibi olumsuz duyguları bertaraf etmek için bu şemayı geliştirebilir. “Saçını süpürge etmek, canını feda etmek.” gibi deyimlerin dilimize pelesenk olması da kendini feda şemasının iyi oluşu pozitif yordamasını en güzel şekilde açıklamaktadır. Üniversite öğrencileri ile yapılan bir çalışmada, Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Karamsarlık, Duyguları Bastırma, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim, Terk Edilme, Cezalandırılma, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık ve Yüksek Standartlar Şemalarının depresif belirtileri anlamlı bir şekilde yordadığı görülmüştür (Yıldız, 2017). Özerklik ve Ayrılma/Reddedilme şema alanlarının psikolojik iyi oluş ile negatif ilişkili olduğu bulunmuştur (Yavuz, 2017). Bir diğer çalışmada, Başarısızlık, Karamsarlık, Ayrıcalıklılık ve Sosyal İzolasyon şemalarının depresyonu yordayan en kuvvetli şemalar olduğu bulunmuştur (Taşçı, 2014). Ergenlerin iyi oluş düzeyleri erken dönem uyumsuz şemalar ile incelenmiş ve özellikle beş şema alanının da iyi oluşu anlamlı şekilde yordadığı bulunmuştur (Tuncer, 2019). Ayrıca, erken dönem uyumsuz şemaların mutluluk ile ilişkisi incelendiğinde, Karamsarlık, Dayanıksızlık, Duyguları Bastırma, Sosyal İzolasyon, Başarısızlık, Yetersiz Öz Denetim ve Onay Arayıcılık şemaları arasında negatif yönde ilişki bulunmuştur (Yalçın vd., 2018).

İlgili literatüre bakıldığında, erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz duyguları tetiklediği ve öznel iyi oluş düzeyini düşürdüğü bilinmektedir (Tutal, 2015). Yine başka bir çalışmada, erken dönem uyumsuz şema alanlarının tamamının iyi oluşa etkisinin olduğu PERMA modeli ile açıklanmıştır (Öztürk, 2019). Ayrıca, literatürde iyi oluşun depresyon ve stres düzeyi ile negatif ilişkili olduğu görülmüştür (Grant ve Sen, 2013; Strauss vd., 2012; Saygılı, 2014; Ünal, 2012; Friedmann, 2013). Bu bağlamda, erken dönem uyumsuz şemaların, iyi oluşu açıklamada kullanılan depresyon, kaygı, stres, intihar eğilimi gibi olumsuz kavramlar ile pozitif ilişkili olduğu ya da bu kavramları yordadığı bilinmektedir (Dale, vd., 2010; Balsamo vd., 2015; Sarıtaş vd., 2015). Dolayısıyla, kişilerin olumsuz bilişleri ile depresif eğilimleri arasında pozitif bir ilişki olduğu görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemaların psikopatolojilerle ilişkili olduğu ve öznel iyi oluşu açıkladığı çalışmalar da mevcuttur (Rennre vd., 2012; Burns vd., 2011).

Kontrol odağı kavramı literatürde, kişinin yaşadığı olayları kendi davranışlarının bir sonucu olarak görme ile karakterize olan iç kontrol odaklılık ile yaşadığı olayların sonuçlarını dış faktörlere bağlama ile karakterize olan dış odaklılık olmak üzere iki alt boyut ile ele alınmaktadır. Bu çalışmada ise, kontrol odağı kavramı, Kişisel Kontrol, Çabalamanın Anlamsızlığı, Adil Olmayan Dünya İnancı, Şansa İnanma ve Kadercilik alt boyutları ayrı ayrı ele alınarak açıklanmıştır. Kişisel Kontrol'ün iç odaklılık alt boyutu ile ilişkili olduğu; Şansa İnanma, Çabalamanın Anlamsızlığı, Kadercilik ve Adil Olmayan Dünya İnancı'nın ise dış odaklılık alt boyutu ile ilişkili olduğu bilinmektedir (Dağ, 2002). Ancak ölçeği geliştiren kişi makalesinde, "Puanlardaki yükselme dış kontrol odağı inancını yansıtmaktadır." diye belirtmiş ve Kişisel Kontrol alt boyutunun tüm maddelerini ters puanlamıştır (Dağ, 2002). Dolayısıyla, iyi oluşun tüm alt boyutlarını negatif yönde yordayan Kişisel Kontrol puanı azaldıkça kişinin iç odaklılık inancı artmakta ve bununla aynı doğrultuda iyi oluş düzeyi de artmaktadır. Kişinin Kişisel Kontrol puanı arttıkça ise, dış odaklılığı artmakta ve iyi oluş düzeyi azalmaktadır. Bu sonuç, ilgili literatürle uyumludur. Bu çalışmada Kişisel Kontrol'ün, Olumlu Duygular, Bağlanma, Olumlu İlişkiler, Anlam ve Başarı alt boyutlarının tamamını negatif yönde etkilediği görülmüştür. Ayrıca, Adil Olmayan Dünya İnancı, Anlam alt boyutunu negatif yönde

etkilerken; Şansa İnanma, Çabalamanın Anlamsızlığı, Kadercilik alt boyutlarının da farklı sosyodemografik gruplarda iyi oluşu anlamlı düzeyde açıkladığı görülmüştür. İlgili literatüre bakıldığında çalışmalar, içsel kontrol odağının depresyon, kaygı, stres gibi olumsuz kavramlarla ve psikopatolojilerle negatif ilişkili olduğunu (Cheng vd., 2013, Inozu vd., 2012; Holder ve Levi, 1998; Jaswal ve Dewan, 1997; Reynart vd., 1995) dışsal kontrol odağının ise pozitif ilişkili olduğunu (Beekman vd., 2000; Benassi vd., 1988; Benson ve Deeter, 1992; Holder ve Levi, 1988; Jaswal ve Dewan, 1997; Kennedy vd., 1998; Reynart vd., 1995) göstermektedir. Ayrıca, iç kontrol odaklılığın psikolojik sorunların azlığı, iyi oluş hali ve stresle başa çıkma becerisi gibi olumlu kavramlarla pozitif yönde ilişkili olduğu bilinmektedir (Dağ, 1992; Hale ve Cochran, 1987; Watson, 1998). İş ve ekonomik olaylarda iyi oluşun etkisinin kontrol odağı ile birlikte ele alındığı bir çalışmada, iç kontrol odaklıların stresle başa çıkmada daha iyi olduğu görülmüştür (Krause ve Stryker, 1984). Dış odaklılık ile öznel iyi oluşun tüm grupta negatif ilişkili bulunduğu çalışma (April vd., 2012) ve evli bireylerde negatif yönde yordadığı çalışma (Canbulat ve Çankaya, 2014) da mevcuttur.

Literatürde, PERMA iyi oluş, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağının her birinin alt boyutlarıyla ele alındığı bir çalışma bulunmamaktadır. Bu sebeple, şemaların ve kontrol odağının, iyi oluş ile ilişkili olan kavramlar üzerinden ele alındığı çalışmalara değinilmiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarının ve kontrol odağı alt boyutlarının, tüm grupta ve farklı sosyodemografik gruplarda iyi oluş alt boyutlarını anlamlı şekilde yordadığı görülmektedir. Bu anlamda, kişinin şemalarını bilmesinin ve şemalar ile kontrol odağının yol açtığı olumsuz bilişsel yapılardan kurtulmasının, iyi oluş düzeyini arttıracığı düşünülmektedir. Bu çalışmanın, araştırmacılara, uygulayıcılara, klinisyenlere ve psikopatolojisi olan ya da olmayan, iyi oluş düzeyini arttırmak isteyen herkese ışık tutması beklenmektedir.

Literatürde, iyi oluş, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı kavramları ayrı ayrı çalışılmıştır. Bu kavramların bir arada ele alındığı herhangi bir çalışma yoktur. Ayrıca, bu kavramlar genellikle toplam puan ile çalışılmış ve şemalar beş şema üst alanı ile ele alınmıştır. Bu çalışma, PERMA, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı değişkenlerinin her birinin, alt boyut üzerinden ele alındığı tek çalışma olması sebebiyle literatüre önemli bir katkı sağlamaktadır. Bununla beraber, bu kavramlarla ilişkili olabileceği düşünülen farklı sosyodemografik gruplarla (cinsiyet, yaş, medeni durum, gelir durumu, anne tutumu, baba tutumu) da çalışılmıştır. Ayrıca, çalışmada örneklemin temsil gücünün yüksek olduğu düşünülmektedir.

Çalışma pandemi sürecinde yapıldığı için katılımcıların iyi oluş düzeylerinin buna bağlı olarak olumsuz etkilenmesi muhtemeldir. Çalışmanın farklı bir zaman diliminde tekrarlanması bu sınırlılığını ortadan kaldıracaktır.

İyi oluş ve onunla ilişkili olan depresyon, anksiyete, stres gibi durumlar ile çalışan klinisyenlerin erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı kavramlarını göz önünde bulundurarak süreci planlaması daha faydalı olacaktır. Örneğin; iyi oluşun tüm alt boyutlarını negatif yönde etkileyen Sosyal İzolasyon/Güvensizlik Şeması olan veya dış kontrol odaklılığı yüksek kişilerin terapi/tedavi süreçlerinde, bu

yapıların belirlenmesinin ve sürecin ona uygun şekillendirilmesinin iyi olma/iyileşme sürecini hızlandıracağı düşünülmektedir.

Araştırmacılara bu çalışmada kullanılan erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağı yerine; kişilik, mizaç, çocukluk çağı travmaları gibi sabit ve tutarlı yapılara benzer kavramların da iyi oluşu açıklamada kullanılabileceği önerilmektedir. Bununla beraber, erken dönem uyumsuz şemalar ve kontrol odağına başka değişkenler eklenerek de iyi oluş yordanabilir.

KAYNAKÇA

- Abu-Bader, S. H., Rogers, A. & Barusch, A. S.** (2002). Predictors of Life Satisfaction in Frail Elderly, *Journal of Gerontological Social Work*, 38(3), 3-17.
- Akbolat, M., Işık, O., & Uğurluoğlu, Ö.** (2011). Sağlık çalışanlarının kontrol odağı, iş doyumu, rol belirsizliği ve rol çatışmasının karşılaştırılması. *H.Ü. İktisadi ve İdari Bilimler Fakültesi Dergisi*, 29(2), 25.
- Aldridge, J. M., & McChesney, K.** (2018). The relationships between school climate and adolescent mental health and wellbeing: a systematic literature review. *International journal of Educational Research*, 88, 121-145.
- Alipourchushaly, G., ve Taghiloo, S.** (2015). The mediating role of early maladaptive schemas in relation between personality traits and subjective well-being. *Indian Journal of Fundamental and Applied Life Sciences*, 5(S2), 161-168.
- April, K., Dharani, B., & Peters, K.** (2012). Impact of Locus of Control Expectancy on Level of Well-Being, *Review of European Studies*, 4(2), 124-137.
- Arntz, A. ve Jacob, G.** (2011). *Uygulamada Şema Terapi* (1. Basım). (G. Soygüt, Çev.). Ankara: Nobel Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2011).
- Arntz, A. ve van Genderen, H.** (2014). *Sınır Kişilik Bozukluğu için Şema Terapi* (2. Baskı). (M. Şaşıoğlu ve S. Kohen, Çev.). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Orijinal çalışma basım tarihi 2009).
- Asghari, F., Alipouri, G., Sayadi, A., & Marjan, E.** (2015). The moderating role of gender in relationship between schemas and subjective well-being. *Trends in Life Sciences*. 4(4), 589-595.
- Balsamo, M., Carlucci, L., Sergi, M. R., Murdock, K. K., & Saggino, A.** (2015). The mediating role of early maladaptive schemas in the relation between co-rumination and depression in young adults. *PloS one*, 10(10).
- Bannink, F.** (2017). *Bireylerde ve toplumlarda iyi oluşu geliştirmek için 201 pozitif psikoloji uygulaması*. (E. Kökkılıç, Çev.). İstanbul: Üsküdar Üniversitesi Yayınları.
- Basım, H. N. & Şeşen, H.** (2008). Çalışanların kontrol odaklarının örgüt içi girişimcilik tutumları ile ilişkisi: kamu sektöründe bir araştırma, *Ankara Üniversitesi SBF Dergisi*, 63(3), 49-64.
- Baumeister, R. F.** (1991). *Meanings of life*. Guilford Press.

- Beck, A. T.** (1967). *The diagnosis and management of depression*. Philadelphia, PA: University of Pennsylvania Press.
- Beekman, A.T. F. , De Beurs, R., Von Balkom, A.J.L. M., Deeg, D.J.H., Van Dyck, R., & Van Tilburg, W.** (2000). Anxiety and Depression in Later Life: Co-occurrence and Communalities of Risk Factors, *American Journal of Psychiatry*, 157, 89-95.
- Benassi, V.A., Sweeny, P.D., & Dufour, C.L.** (1988). Is There a Relation Between Locus of Control Orientation and Depression?, *Journal of Abnormal Psychology*, 97, 359-367.
- Benson, L. T., & Deeter, T. R.** (1992). Moderators of The Relationship Between Stress and Depression in Adolescents, *School Counselor*, 39,189-194.
- Berezan, O., Krishen, A. S., Agarwal, S., & Kachroo, P.** (2019). Exploring loneliness and social networking: recipes for hedonic well-being on Facebook. *Journal of Business Research*. 1-8.
- Bradburn, N.** (1969). *The structure of psychological well-being*. Chicago: Aldine pub. Co.
- Brown, L. A., Gaudiano, B.A., & Miller, I. W.** (2011). Investigating the similarities and differences between practitioners of second and third wave cognitive- behavioral therapies. *Behavior Modification*, 35(2), 187-200.
- Budak, S.** (2005). *Psikoloji Sözlüğü*, Ankara: Bilim ve Sanat Yayınları.
- Burns, R. A. , Anstey, K. J. & Windsor, T. D.** (2011). Subjective well-being mediates the effects of resilience and mastery on depression and anxiety in a large community sample of young and middle-aged adults. *Australian and New Zealand Journal of Psychology*, 45(3), 240-248.
- Butler, J., ve Kern, M. L.** (2016). The PERMA-Profil: A brief multidimensional measure of flourishing. *International Journal of Wellbeing*, 6(3), 1–48.
- Büyükgöze-Kavas, A.** (2012). Kariyer Karar Ölçeği'nin Türkçe uyarlaması: Geçerlik ve güvenirlik çalışması. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(38), 159-168.
- Canbulat, N., ve Çankaya, Z. C.** (2014). Evli bireylerin öznel iyi olma düzeylerinin yordanması. *Ege Eğitim Dergisi*, (15)2, 556-576.
- Carruthers, C. P., & Hood, C. D.** (2004). The power of the positive: Leisure and well-being. *Therapeutic Recreation Journal*, 38(2), 225-245.
- Cecero, J. J. & Young, J. E.** (2001). Case of Silvia: A Schema-Focused Approach. *Journal of Psychotherapy Integration*, Vol. 11, No:2.
- Chan, D. W., Chan, L. K., & Sun, X.** (2017). Developing a Brief Version of Ryff's Scale to Assess the Psychological Well-Being of Adolescents in Hong Kong. *European Journal of Psychological Assessment*, 35(3), 414-422.

- Cheng, C., Shu-fai, C., & Hin-man Chio, J.** (2013). Cultural Meaning of Perceived Control: A Meta-Analysis of Locus of Control and Psychological Symptoms Across 18 Cultural Regions. *Psychol Bull* 139, 152-88.
- Cheng, H., ve Furnham, A.** (2002). Personality, peer relations, and self-confidence as predictors of happiness and loneliness. *Journal of Adolescence*, 25(3), 327-339.
- Cüceloğlu, D.** (2003). Çocuklarım içimde bir acı. *Altınoluk Dergisi*, 203, 56.
- Dağ, İ.** (1992). Kontrol odağı, öğrenilmiş güçlülük ve psikopatoloji ilişkileri. *Psikoloji Dergisi*, 7, 1-9.
- Dağ, İ.** (2002). Kontrol Odağı Ölçeği (KOÖ): Ölçek geliştirme, güvenirlik ve geçerlik çalışması, *Türk psikoloji dergisi*, 17(49), 77-90.
- Dale, R., Power, K., Kane, S., Stewart, A. M., & Murray, L.** (2010). The role of parental bonding and early maladaptive schemas in the risk of suicidal behavior repetition. *Archives of Suicide Research*, 14(4), 311-328.
- Deary, I. J., Watson, R., Booth, T., & Gale, C. R.** (2013). Does cognitive ability influence responses to the Warwick-Edinburgh Mental Well-being Scale?. *Psychological Assessment*, 25(2), 313-318.
- Deci, E. L., & Ryan, R.M.** (2008). Hedonia, eudaimonia, and well-being: An introduction. *Journal of Happiness Studies*, 9(1), 1-11.
- Demirci, İ., Ekşi, H., Dinçer, D., & Kardaş, S.** (2017). Beş boyutlu iyi oluş modeli: PERMA Ölçeği Türkçe Formunun geçerlik ve güvenirliği. *The Journal of Happiness & Well-Being*, 5(1), 60-77.
- Dilmaç, O.** (2008). Görsel sanatlar öğretmen adaylarının denetim odaklarına ilişkin algılarının çeşitli değişkenlere göre incelenmesi. *Güzel Sanatlar Enstitüsü Dergisi*, 20, 1-14.
- Dimitriu, O., ve Negrescu, M.** (2015). Emotional Intelligence and The Tendency to Use dysfunctional cognitive schemas. *Procedia Social and Behavioral Sciences*, 187, 301-306.
- Dönmez, A.** (1986). Denetim Odağı: Temel araştırma alanları. Ankara Üniversitesi *Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*. 19(1), 259-280.
- Duckworth, A. L., Steen, T.A., & Seligman, M. E. P.** (2005). Positive Psychology in Clinical Practice. 1, 629-651.
- Dunkley, D. M., Zuroff, D. C., & Blankstein, K. R.** (2003). Self-critical perfectionism and daily affect: Dispositional and situational influences on stress and coping. *Journal of Personality and Social Psychology*, 84, 234-252.
- Ehsan, H. B., & Bahramizadeh H.** (2011). Early maladaptive schemas and agreeableness in personality five factor model. *Procedia Social and Behavioral Sciences*. 30, 547-551.

- Forgeard, M. J. C., Jayawickreme, E., Kern, M., & Seligman, M. E. P.** (2011). Doing the right thing: Measuring wellbeing for public policy. *International Journal of Wellbeing*, 1(1), 79-106.
- Fournier, G. & Jeanrie, C.** (2003). Locus of control: Back to basics. *Positive psychological assessment: A handbook of models and measures*, 139-154.
- Frankl, V. E.** (2013). *İnsanın anlam arayışı* (12.basım). İstanbul: Okuyan Us Yayınevi.
- Fredrickson, B. L.** (2004). The broaden and build theory of positive emotions. *Philosophical Transactions of the Royal Society of London. Series B: Biological Sciences*, 359(1449), 1367-1377.
- Fredrickson, B. L., & Joiner, T.** (2002). Positive emotions trigger upward spirals toward emotional well-being. *Psychological science*, 13(2), 172-175.
- Friedmann, J.** (2013). *Cognitive schemas as longitudinal predictors of self-reported adolescent depressive symptoms and resilience*. (Doctoral dissertation), The University of Guelph, Canada.
- Frost, R. O., Heimberg, R. G., Holt, C. S., Mattia, J. I., & Neubauer, A. L.** (1993). A comparison of two measures of perfectionism. *Personality and Individual Differences*, 14(1), 119-126.
- Gardner, D. C. & Warren, S. A.** (1978). *Careers and Disabilities: A Career Education Approach*. Connecticut: Greylock Publishers.
- Gör, N., Yiğit, İ., Kömürçü, B., & Ertürk, İ. Ş.** (2017). Geçmişin mirası ve geleceğin haritası: erken dönem uyumsuz şemalar. *Nesne Dergisi*, 5(10), 197-217.
- Grant, F., Guille, C., & Sen, S.** (2013). Well-being and the risk of depression under stress. *PLoS one*, 8(7).
- Hayes, S. C.** (2004). Acceptance and Commitment Therapy, Relational Frame Theory, and the Third Wave of Behavioral and Cognitive Therapies. *Behavior Therapy*, 35(4), 639-665.
- Hofmann, J., Gander, F., & Ruch, W.** (2018). Exploring differences in well-being across occupation type and skill. *Translational Issues in Psychological Science*, 4(3), 290-303.
- Holder, E.E. & Levi, D.J.** (1988). Mental Health and Locus of Control: SCL-90-kare and Levenson's IPC Scales, *Journal of Clinical Psychology*, 44, 753-755.
- Inozu, M., Yorulmaz, O., & Terzi, Ş.** (2012). Locus of Control in Obsessive-Compulsive(OC) and Depression Symptoms: The moderating effect of externality on obsessive-related control beliefs in OC symptoms. *Behavior Change*, 29(3), 148-163.
- Jaswal, A. ve Dewan, A.** (1997). The Relationship Between Locus of Control and Depression, *Journal of PersonaUty and Clinical Studies*, 13,25-27.

- Kahl, K. G., Winter, L., & Schweiger, U.** (2012). The third wave of cognitive behavioural therapies: what is new and what is effective? *Current Opinion in Psychiatry*, 25(6), 522-528.
- Kennedy, B.L., Lynch, G.V., & Schwab, J.J.** (1998). Assessment of Locus of Control in Patients with Anxiety and Depressive Disorders, *Journal of Clinical Psychology*, 54, 509-515.
- Kern, M. L., Waters, L., Adler, A., & White, M.** (2014). Assessing employee wellbeing in schools.
- Kırpınar, İ., Deveci, E., Çamur, D. Z., & Kılıç, A.** (2014). Somatoform bozukluğu olan hastalarda erken dönem uyumsuz şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 3, 84-93.
- Kömürcü, B., ve Gör, N.** (2016). Erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygı üzerine bir derleme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 4(8), 183-203.
- Krause, N. ve Stryker, S.** (1984). Stress and Well-Being: The Buffering Role of Locus of Control Beliefs. *Social Science & Medicine*, 18, 783-790.
- Lovett, N. ve Lovett, T.** (2016). Wellbeing in education: Staff matter. *International Journal of Social Science and Humanity*, 6(2), 107-112.
- Mason, O., Platts, H., & Tyson, M.** (2005). Early maladaptive schemas and adult attachment in a UK clinical population. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 78, 549-564.
- Morsünbül, Ü., ve Çok, F.** (2011). Bağlanma ve ilişkili değişkenler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 3(3), 553-570.
- Özbaş, A. A., Sayın, A., & Çoşar, B.** (2012). Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 1 (81-89).
- Öztürk, B.** (2019). *PERMA modeline göre iyi oluşun yordayıcısı olarak erken dönem uyumsuz şemalar*. (Yüksek lisans tezi). Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Muğla.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E.** (2018). *Şema Terapi Ayırıcı Özellikler* (6. Baskı). (M. Şaşıoğlu, Çev). İstanbul: Psikonet Yayınları. (2011).
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A., & Huibers, M.** (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136, 581, 590.
- Reynart, C, Janne, P., Donckier, J., Buyschaert, M., Zdanowicz, J., Lejeune, D. & Cassiers, L.** (1995). LOC and Metabolic Control, *Diabetes Metabolism*, 21, 180-187.
- Roediger, E.** (2015). *Şema Terapi Nedir?* (1. Baskı). (Sevinç Ataman, Çev). İstanbul: Nobel Yayıncılık. (Özgün kitabın basım tarihi, 2009).

- Rotter, J. B.** (1954). *Social Learning and Clinical Psychology*, New York: Prentice-Hall.
- Rotter, J. B.** (1966). Generalized expectancies for internal vs. external control of reinforcement. *Psychol Monogr* 80,1-28.
- Rotter, J.B., Change, J.E. & Phares, E.J.** (1972). *Applications of social learning theory of personality*. New York: Hold Rinehart and Winston, Inc.
- Ryan, R. M. & Deci, E. L.** (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annu. Rev. Psychol.* 52, 141-66.
- Ryff, C. D., & Keyes, C. L. M.** (1995). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 69(4), 719-727
- Ryff, C.D. (1989a).** Happiness is everything, or is it? Explorations on the meaning of psychological well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 57, 1069–1081.
- Sağ, B.** (2016). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve pozitif algının, psikolojik dayanıklılık, depresyon ve psikolojik iyi oluş arasındaki ilişkinin incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi), Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sağ, B. ve Bilican, F. I.** (2020). Bilişsel faktörler ile depresif semptomlar ve iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik dayanıklılığın aracı rolü. *Psikiyatri Güncel Yaklaşımlar*, 12(1), 149-164.
- Sahraee, A., Yousefnejad, M., & Khosravi, Z.** (2011). Predicting life satisfaction with respect to early maladaptive schemas among iranian college students. *European Psychiatry*, 26(1), 19-62.
- Sarıtaş, A. D., & Gençöz, T.** (2015). The mediating role of early maladaptive schemas in the relationship between maternal rejection and psychological problems. *Turkish Journal of Psychiatry*, 26(1), 40. Erişim adresi <http://turkpsikiyatri.com/Data/UnpublishedArticles/136ta0.pdf>
- Saygılı, G.** (2014). *Erken döneme ilişkin gelişimsel etmenler ile psikolojik iyilik hali arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün incelenmesi*. (Yüksek lisans tezi), Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Seligman, M. E. P.** (2011). *Flourish: A visionary new understanding of happiness and well-being*. New York, NY: Free Press.
- Seligman, M. E. P., & Csikszentmihalyi, M.** (2000). Positive psychology: An introduction. *American Psychologist*, 55(1), 5-14.
- Seligman, M. E. P., Steen, T. A., Park, N., & Peterson, C.** (2005). Positive psychology progress: Empirical validation of interventions. *American Psychologist*, 60(5), 410-421.

- Skinner, E. A.** (1996). When is " more control better? A simple answer to a complex question. Unpublished manuscript, Portland State University, Portland, OR.
- Solmuş, T.** (2004). İş yaşamı denetim odağı ve beş faktörlük kişilik modeli. *Türk Psikoloji Bülteni*, 10, 196-205.
- 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.
- Steger, M. F., Kashdan, T. B., Sullivan, B. A., & Lorentz, D.** (2008). Understanding the search for meaning in life: Personality, cognitive style, and the dynamic between seeking and experiencing meaning. *Journal of Personality*, 76(2), 199-228.
- Strauss, G. P., Sandt, A. R., Catalano, L. T., & Allen, D. N.** (2012). Negative symptoms and depression predict lower psychological well-being in individuals with schizophrenia. *Comprehensive psychiatry*, 53(8), 1137-1144.
- Şahin, N. H., Basım, H. N., & Çetin, F.** (2009). Kişilerarası çatışma çözme yaklaşımlarında kendilik algısı ve kontrol odağı. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(2), 153-163.
- Taşçı, D. K.** (2014). *Erken dönem uyumsuz şemalar ile depresyon ilişkisinin açıklanmasında ontolojik iyi oluş değişkeninin aracı rolü: bir yol analizi çalışması.* (Yüksek lisans tezi). Arel Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tay, L., Tan, K., Diener, E., & Gonzalez, E.** (2013). Social relations, health behaviors, and health outcomes: A survey and synthesis. *Applied Psychology: Health and Well-Being*, 5(1), 28– 78.
- Thimm, J. C.** (2010). Personality and early maladaptive schemas: a five-factor model perspective. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41, 373-380.
- Thomas, W. H. N., & Daniel, C. F.** (2011). Locus of Control and Organizational Embeddedness. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 84, 173-190.
- Tuncer, E.** (2019). *Ergenlerin erken dönem uyumsuz şemaları ile iyi oluşlarının ilişkisinin incelenmesi.* (Yüksek lisans tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Total, N.** (2015). *Aile işlevi ile öznel iyi oluş arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü.* (Yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara.
- Tümkaya, S.** (2000). İlkokul öğretmenlerindeki denetim odağı ve tükenmişlikle ilişkisi. *Pamukkale Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 8(1), 1-2.

- Ünal, B.** (2012). *Early maladaptive schemas and well-being: Importance of parenting styles and other psychological resources* (Master's thesis), Middle East Technical University, Social Sciences Institute, Ankara.
- Vatan, S.** (2016). Bilişsel davranışçı terapilerde üçüncü kuşak yaklaşımlar. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 8(3), 190-203.
- Wallston, B. S. Wallson, K. A. & DeVellis, R.** (1978). Development of the Multidimensional Healty Locus of Conrol (MHLC) Scale. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 44, 580-585.
- Waterman, A. S.** (1993). Two conceptions of happiness: Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment. *Journal of Personality and Social Psychology*, 64(4), 678-691.
- Watkins, P. C.** (2016). *Positive Psychology 101*. Springer Publishing Company.
- Yalçın, S., B., Ak, M., Kavaklı, M. & Kesici, Ş.** (2018). Mutluluğun önündeki engel: Erken dönem uyumsuz şemalar. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 7(1), 7-13.
- Yavuz, B. B.** (2017). *Mediating effect of humour in relation to early maladaptive schemas and psychological wellbeing*. (Master's thesis). Bahçeşehir University, Social Sciences Institute, İstanbul.
- Yeşilyaprak, B.** (2006). *Eğitimde Rehberlik Hizmetleri* (14. Baskı) Ankara: Nobel Yayınları.
- Yıldız, M.** (2017). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaların depresif belirtilere etkisi. *Ihlara Eğitim Araştırmaları Dergisi*, 2(2), 18-23.
- Young, J. E.** (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach*. Sarasota, FL. Professional Resource Press
- Young, J. E., & Klosko, J. S.** (2018). *Hayatı Yeniden Keşfedin* (12. Baskı). (Sandy Kohen ve Diana Güler, Çev). İstanbul: Psikonet Yayınları. (Özgün kitabın basım tarihi, 1993).
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E.** (2003). *Şema Terapi* (3 ed.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Zika, S., ve Chamberlain, K.** (1992). On the relation between meaning in life and psychological well-being. *British journal of psychology*, 83(1), 133-145
- Zümbül, S.** (2019). Öğretmen adaylarının psikolojik iyi oluş düzeylerinde bilinçli farkındalık ve affetmenin yordayıcı rolleri. *Ege Eğitim Dergisi*, 20(1), 20-36.