

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN, KİŞİLERARASI
İLİŞKİ TARZLARI VE EVLİLİK UYUMU İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Seda DOĞMAZER

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Aslı Burçak TAŞÖREN

İSTANBUL - 2022

T.C.
İSTANBUL KENT ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ

**ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN, KİŞİLERARASI
İLİŞKİ TARZLARI VE EVLİLİK UYUMU İLE İLİŞKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ
Seda DOĞMAZER

Enstitü Anabilim Dalı : Psikoloji

Enstitü Bilim Dalı : Klinik Psikoloji

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Aslı Burçak TAŞÖREN

“Bu tez ____/____/2022 tarihinde aşağıdaki jüri tarafından Oybirliği / Oyçokluğu ile kabul edilmiştir.”

JÜRİ ÜYESİ	KANAATİ	İMZA

BEYAN

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

Seda DOĞMAZER

17.01.2022

ÖNSÖZ

Yüksek lisansım boyunca her an yanımda olan, bilgisini ve emeğini esirgemeyen bana her zaman ve her şekilde destek olan tez danışmanım ve sevgili hocam Dr. Öğr. Üyesi Aslı Burçak Taşören’e değerli katkılarından dolayı teşekkürü borç bilirim.

Veri toplama sürecinde değerli katkıları ve yardımları olan ve bu tezin yürütülmesini olanaklı kılan çok değerli katılımcılara, bu katılımcılara ulaşmama yardımcı olan arkadaşlarıma ve çevreme sonsuz teşekkür ederim.

Hayatım boyunca her zaman yanımda olan ve desteğini hiç esirgemeyen canım arkadaşım Funda Çabuş’a ve tezimi yürüttüğüm süre boyunca bana çok yardımcı ve destek olan arkadaşım Gülnihal Ak’a emeklerinden dolayı çok teşekkür ederim.

Son olarak her zaman ve her şekilde yanımda olan canım aileme; hep yanımda olan annem Safiye, babam Mehmet’e ve bana her zaman destek olan kardeşlerim Talha ve Furkan’a ‘‘var’’ oldukları için minnettarım. Bu çalışmayı annem ve babam’a ithaf ediyorum.

Seda DOĞMAZER

17.01.2022

İÇİNDEKİLER

Sayfa No.

TABLolar LİSTESİ.....	i
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	v
GİRİŞ	1
BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER	6
1.1. Şema Terapi Modeli ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	6
1.1.1. Şema Terapinin Gelişimi.....	6
1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Özellikleri.....	8
1.1.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri.....	10
1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları	13
1.2.1. Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı.....	13
1.2.2. Zedelenmiş Özerklik ve Performans Şema Alanı	16
1.2.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı	18
1.2.4. Başkası Yönelimlilik Şema Alanı	20
1.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı	21
1.3. Evlilik Tanımı	22
1.3.1. Evlilik Uyum.....	23
1.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler	27
1.4. Kişiler Arası İlişkiler.....	31
1.4.1. Kişiler Arası İlişki Tarzları	33
1.4.2. Kişiler Arası İlişkiyi Etkileyen Faktörler	35
BÖLÜM 2: YÖNTEM	36
2.1. Örneklem.....	36
2.2. Veri Toplama Araçları	36
2.2.1. Kişisel Bilgi Formu	36
2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3	37
2.2.3. Evlilik Uyum Ölçeği	38
2.2.4. Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği.....	38

2.3. Verilerin Analizi	39
BÖLÜM 3: BULGULAR.....	40
3.1. Betimleyici Verilerin Analizi.....	41
3.2. Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği ile Evlilik Yaşı (Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi (Ay) Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular	45
3.3. Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular.....	47
3.4. Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular	52
3.4.1. Young Şema Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesinde Çıkan Bulgular	52
3.4.2. Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi Sonucu Çıkan Bulgular	64
3.4.3. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi Sonucu Çıkan Bulgular	67
BÖLÜM 4: TARTIŞMA.....	74
4.1. Evlilik Uyumunun Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi	74
4.1.1. Young Şema Ölçeğinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi	77
4.2. Kişiler Arası İlişki Tarzının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi.....	78
4.3. Young Şema Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışması.....	80
4.4. Young Şema Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışması.....	83
4.5. Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçların Tartışması.....	84
4.6. Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması.....	84

4.7. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarıncı Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması	85
4.8. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarıncı Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması.....	86
SONUÇ VE ÖNERİLER.....	88
KAYNAKÇA	90
EKLER.....	104
ÖZGEÇMİŞ.....	115

TABLÖLAR LİSTESİ

Tablo 1: Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği İçin Cronbach's Alfa Güvenirlik Analizi Sonuçları	40
Tablo 2: Katılımcıların Demografik Özellikleri	41
Tablo 3: Evlilik Yaşı (Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi (Ay) Tanışıklık Süresi İçin Betimleyici İstatistikler	42
Tablo 4: Young Şema Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	43
Tablo 5: Evlilikte Uyum Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler.....	45
Tablo 6: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler	45
Tablo 7: Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanları ile Evlilik Yaşı(Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi(Ay) Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	46
Tablo 8: Young Şema Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	48
Tablo 9: Young Şema Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	50
Tablo 10: Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları	51
Tablo 11: Young Şema Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	52
Tablo 12: Young Şema Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	54
Tablo 13: Young Şema Ölçeği Yaşanılan Yere Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	57

Tablo 14: Young Şema Ölçeği Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları.....	59
Tablo 15: Young Şema Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	61
Tablo 16: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları	64
Tablo 17: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	65
Tablo 18: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Yer Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları	66
Tablo 19: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları	66
Tablo 20: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları.....	67
Tablo 21: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	68
Tablo 22: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları	68
Tablo 23: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Yer Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	69
Tablo 24: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları	69
Tablo 25: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları	70
Tablo 26: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarıncaya İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	71

Tablo 27: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	72
--	----

Tablo 28: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları	72
---	----



ÖZET

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

Tezin Başlığı: Erken Dönem Uyumsuz Şemaların, Kişilerarası İlişki Tarzları ve Evlilik Uyumu ile İlişkisinin İncelenmesi.

Tezin Yazarı: Seda DOĞMAZER **Danışman:** Dr. Öğr. Üyesi Aslı Burçak TAŞÖREN

Kabul Tarihi: 17.01.2022

Sayfa Sayısı: v (ön kısım)+ 103 (tez)+ 12(ek)

Anabilimdalı: Psikoloji

Bilimdalı: Klinik Psikoloji

Şema, günlük hayatta birçok karmaşık olay karşısında kişinin deneyimlerini kalıplaştırdığı durumları ifade etmektedir. Kişinin erken dönemde temel ihtiyaçlarından mahrum edilmesi, uyumsuz şemalar oluşturabilmektedir. Kişinin hayatında önemli bir yeri olan evlilik kurumu da bu uyumsuz şemalardan etkilenmektedir. Evliliğin toplumun en önemli birimi olan aileyi oluşturması sebebiyle sağlıklı ve mutlu bir evlilik ancak uyum ile sağlanabilmektedir. Bu çalışmada, evli bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik uyumu ve kişilerarası ilişki tarzı arasındaki ilişki araştırılmıştır. Erken dönem uyumsuz şemaların, evlilik uyumu ve kişilerarası ilişki tarzı; cinsiyet, evlenilen yaş, eğitim düzeyi, yaşadıkları şehrin büyük veya küçük olması, evlilik süresi, evlilik öncesi tanışıklık süresi, çocuk sayısı ve gelir düzeyi değişkenleriyle ilişkisi incelenmiştir. Araştırmanın örneklemi; İstanbul, Ankara, İzmir, Kütahya, Tokat ve Amasya illerinde ikamet eden evli 367 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama aracı olarak; “Demografik Bilgi Formu”, “Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ-KF3)”, “Evlilik Uyum Ölçeği (EUÖ)”, “Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği” kullanılmıştır. Yapılan analizler sonrasında ulaşılan bulgulara göre kişiler arası ilişki tarzında besleyici tarzın; zedelenmiş sınırlar şema alanını, diğer yönelimlilik ve aşırı uyarılmayı ve baskılamayı yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Uyumu, Erken Dönem Uyum Şemaları, Kişilerarası İlişki.

ABSTRACT

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

Title of the Thesis: Examination Of The Relationship Between Early Maladaptive Schemas, İnterpersonal Relationship Styles and Marital Adjustment.

Author: Seda DOĞMAZER **Supervisor:** : Dr. Lecturer Aslı Burçak TAŞÖREN

Date: 17.01.2022

Nu. of pages: v (pre text) +103 (main body)+12(App)

Department: : Psychology **Subfield:** Clinical Psychology

Schema refers to the meanings that a person stereotypes his/her experiences in the face of many complex situations in daily life. Deprivation of basic needs of the person in the early period, maladaptive schemas may occur. The marriage process, which has an important place in people's lives, is also affected by maladaptive schemas. The family, which is the most important unit of society, starts with marriage and a healthy and happy marriage can only be achieved with harmony. This research will examine the relationship between early maladaptive schemas and marital adjustment in married individuals. marital adjustment. The relationship between gender, age at marriage, education level, being large or small in the city they live in, duration of marriage, duration of acquaintance before marriage, number of children and income level were examined. The research sample; It was applied to 367 married people living in the provinces of Istanbul, Ankara, Izmir, Kütahya, Tokat and Amasya. To collect research data; In the study, "Demographic Information Form" was used to obtain the personal information of the participants, "Young Schema Scale Short Form-3 (YŞS-SF3)" was used to detect early maladaptive schemas, and "Marriage Adjustment Scale" was used to determine marital adjustment. The “ Interpersonal Relationship Style Scale” was used to determine the interpersonal relationship style. According to the findings obtained after the analyzes made, the nurturing style in the interpersonal relationship style; Injured boundaries predicted schema domain, other-directedness, and hyperarousal and suppression.

Keywords: Marriage Adjustment, Early Adjustment Schemes, Interpersonal Relationship.

GİRİŞ

Bireyler, topluluk içerisinde yaşamaları sebebiyle topluma uyumlu bir yaşantı sürdürmektedir. Toplumsal kurallara göre bu uyumun yakalanması kişiyi mutlu hissettirmektedir. İnsanlar sosyal varlıklar olması yönüyle kişiler arası ilişkileri geliştirmiş, uyumla birlikte var olan arkadaşlık, evlilik gibi ilişkileri sürdürebilmektedir. Her bireyin yaşamı anlaması için farklı şemaları bulunmaktadır. Şema; iskelet, yapı, taslak anlamında olup günlük hayatta birçok karmaşık durum karşısında kişinin deneyimlerini kalıplaştırdığı anlamlara da denilmektedir. Şemalar ile erken dönem uyumsuz yaşantıları arasında psikopatolojik bir ilişki bulunmaktadır. Beck (1967)'e göre şemalar, çocukluk döneminde gelişen ve ilerleyen bir yapı olarak uyumlu ve uyumsuz olabilmektedir. Kişinin davranışları, duyguları ve erken dönem çocukluk çağındaki deneyimlediği yaşantıları, şemalar yardımıyla yönlendirilerek anlamlandırılmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar, gelişimin ilk sürecinden itibaren dış dünya ile kurulan ilişkiler sonucunda geliştirilen, inançlar ile birlikte oluşan psikolojik yapılardır (Farrell, Reiss ve Shaw, 2018). Kişinin erken dönemde temel ihtiyaçlarından mahrum edilmesi durumunda, ebeveyn ya da çevre etkisiyle olumsuz şemalar oluşabilmektedir. Kişilerin bu etkilerle yaşadıkları durumlara yüklenen olumsuz anlamlar, uyumsuz şemaları oluşturmaktadır.

Bireylerin küçük yaşlarda oluşturduğu uyumsuz şemalar ilerleyen yaşamını etkilemektedir. Uyumsuz şemaların etkilediği bir değişken de evlilik uyumudur. Evlilik uyumu içerisinde evlilik kavramı, iki insanın eşit şartlarda yaşamlarını sürdürebilmesi adına sözleşme ile kurdukları bir birliktelik olarak tanımlanmaktadır. Evlilik, her toplumda önemli görülmekte ve ailenin oluşmasında önemli bir katkısının olduğu bilinmektedir. Toplumlarda evliliğin farklı tanımları olmasına karşın bu birlikteliğe verilen önem, hiçbir zaman eksilmemiş aksine daha da artmıştır. Evlilik insan hayatını her yönüyle etkilemektedir. Kişiler evlilikte psikolojik, sosyal ve biyolojik ihtiyaçlarını her yönüyle giderebilmektedir. Evlilik soyun devamı, sosyal ve cinsel ihtiyaçların karşılanması, kişiler arası ilişkilerin sürdürülmesi, eşlerin karşılıklı birbirine destek olması ve aile olma gibi ihtiyaçların karşılandığı bir birimdir (Tekin-Çatal, 2019). Evlilik uyumu ise mutluluğu ve doyumu beraberinde getirdiği için, evli çiftlerin ruhsal durumlarını ve ilişkilerini

etkileyebilmektedir. Evlilik uyumunun bozulması aile içi sorunlara, çiftlerin ve varsa çocukların travma yaşamalarına sebep olmaktadır. Yaşanan bu travma ve sorunlar evlilikte mutsuzluğa yol açmaktadır. Evlilik uyumu bu sebeple, çiftlerin ruhsal sağlığını koruyan bir faktör olarak evlilik hayatında önemli bir yer tutmaktadır (Sardoğan ve Karahan, 2005: 92).

Evlilik uyumunun yanı sıra uyumsuz şemaların etkilediği bir diğer değişken olan kişiler arası ilişki tarzı, kişinin bir olay karşısında davranış ve tutumundan farklı olarak yaşanan duruma verdiği tepkiler ve kişilik örüntüsünden oluşmaktadır. Kişinin ilişki tarzı, kişiler arası ilişki tarzında aktif bir belirleyicidir (Akdağ, 2003; akt: Kırıt, 2017). Kişiler arası ilişkiler ve ilişki tarzları, kişiden kişiye farklılık göstermektedir. Kişiler arası ilişkiyi etkileyen birçok değişken vardır. Fakat bu değişkenlerde en çok belirleyici olan kişinin kendisidir. Kişi içinde bulunduğu durumu veya hangi durumda huzurlu olabileceğini belirleyerek davranışlarını yönlendirebilmektedir.

Araştırmanın Önemi

Bu araştırma, erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzlarının, bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amacıyla yapılmıştır. Uyumsuz şemalar kişiyi hayatı boyunca etkisi altına almaktadır. Kişilerin hayatında gerçekleşen değişikliklerden biri olan evlilik süreci de uyumsuz şemalardan etkilenmektedir. Evlilik aileyi oluşturmaktadır. Aile, soyun devamlılığını sağlayan bir kurum olarak dünya çapında onay görmüş bir yapı olarak görülmektedir. Sağlıklı ve mutlu bir evliliğin, evlilikte uyum ile mümkün olabileceği belirtilmiştir. Evlilikte mutluluk ise, kişinin evlilikten aldığı doyumdur. Bireyin, genel olarak evlilik görüşünü ve ilişkisinde belirleyici yönlerini ortaya çıkarmaktadır. Bireylerin, kişisel hayat doyumları ve evlilik uyumunda önemli bir etkidir. Evlilik ilişkisi, olumlu ve olumsuz işlevler ile kişinin günlük hayatını etkilemektedir. Çiftlerin kişiler arası ilişki tarzları ve erken dönem uyumsuz şemalara sahip olmaları, kişilerin evlilik uyumunu etkilemektedir. Bunların sonucunda, toplumun en önemli yapısı olan aile yaşantısı da etkileneceğinden büyük önem taşımaktadır.

Bireylerin erken yaşta uyumsuz şemalar oluşturmalarını ve buna bağlı olarak evlilik uyumunu ve kişiler arası ilişki tarzlarını etkileyebilecek birçok değişken bulunmaktadır.

Çalışma kapsamında uyumsuz şemalar, evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzlarının; cinsiyet, evlenilen yaş, eğitim düzeyi, yaşanılan şehir, evlilik süresi, evlilik öncesi tanışıklık süresi, gelir düzeyi, sahip olunan çocuk sayısı gibi değişkenlere göre değişimi incelenmiştir. Çalışmada birçok farklı değişkenin ele alınması uyumsuz şemalar, evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzlarındaki değişimi etkileyen faktörlerin ortaya konabilmesi adına oldukça önemlidir. Bunun yanı sıra çalışmada uyumsuz şemaların evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzlarını etkileyebileceği düşüncesiyle bu değişkenler ve alt boyutları arasındaki ilişki incelenmiştir. Bu ilişkinin ortaya konulması evlilik uyumu ve kişiler arası ilişkilere yönelik sorunların erken yaşta uyumsuz şemalardan kaynaklı olup olmadığı hakkında fikir sağlamaktadır. Literatür incelendiğinde uyumsuz şemalar, evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzları arasındaki ilişkinin ifade edilen değişkenler bağlamında ele alındığı bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu noktada çalışmanın özgün olduğu söylenebilir. Çalışma kapsamında yapılanlar değerlendirildiğinde bu araştırmadan elde edilecek sonuçların klinik psikoloji alanına ve gelecekte yapılacak benzer çalışmalara katkı sağlayacağı düşünülmektedir.

Araştırmanın Amacı

Bu araştırmada; erken dönem uyumsuz şemaların, evlilik uyumu ve kişiler arası ilişki tarzlarının bazı demografik değişkenlere göre incelenmesi amaçlanmaktadır.

Araştırma soruları şu şekildedir;

- 1.1. Kadın ve erkeklerin, erken dönem uyumsuz şema puanları arasında anlamlı bir farklılık var mıdır?
- 1.2. Erken dönem uyumsuz şema puanları, evlenilen yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- 1.3. Erken dönem uyumsuz şema puanları, eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?
- 1.4. Erken dönem uyumsuz şema puanları, yaşanılan şehre göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.5. Erken dönem uyumsuz şema puanları, evlilik süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.6. Erken dönem uyumsuz şema puanları, evlilik öncesi tanışıklık süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.7. Erken dönem uyumsuz şema puanları, gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

1.8. Erken dönem uyumsuz şema puanları, sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.1. Kadın ve erkeklerin, evlilik uyum puanları arasında anlamlı bir fark var mıdır?

2.2. Evlilik uyum puanları, evlenilen yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.3. Evlilik uyum puanları, eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.4. Evlilik uyum puanları, yaşanılan şehre göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.5. Evlilik uyum puanları, evlilik süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.6. Evlilik uyum puanları, evlilik öncesi tanışıklık süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.7. Evlilik uyum puanları, gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

2.8. Evlilik uyum puanları, sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.1. Kadın ve erkeklerin, kişiler arası ilişki tarzı puanları arasında anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.2. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, evlenilen yaşa göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.3. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, eğitim düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.4. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, yaşanan şehre göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.5. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, evlilik süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.6. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, evlilik öncesi tanışıklık süresine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.7. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, gelir düzeyine göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

3.8. Kişiler arası ilişki tarzı puanları, sahip olunan çocuk sayısına göre anlamlı farklılık göstermekte midir?

4.1. Erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4.2. Erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilerarası ilişki tarzı arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4.3. Evlilik uyumu ile erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4.4. Kişiler arası ilişki tarzının besleyici alt boyutu ile erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

4.5. Kişiler arası ilişki tarzının ketleyici alt boyutu ile erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

BÖLÜM 1: GENEL BİLGİLER

1.1. Şema Terapi Modeli ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

1.1.1.Şema Terapinin Gelişimi

Kişilerin dünyayı algılama ve anlamlandırma şekilleri ile düşüncelerin organize edilmesinde şemaların etkisi önemlidir. Her bireyin yaşamı anlayabilmesi için şemaları bulunmaktadır. Genel terim olarak baktığımızda “Şema”; yapı, iskelet ve taslak anlamında olmakta ve günlük hayatla birlikte birçok alanda karmaşık durumlar ile deneyimleri ayrıştırmada yardımcı olan kalıplar anlamına da gelmektedir. Şema kavramı, tarihsel olarak Antik Yunan felsefesi ile Kant felsefesine, psikolojide Barlett’in hatırlamayla ilgili görüşüne ve Piaget’in düşünceyle ilgili kuramlarına dayanmaktadır. Şema terapi ayrıca; eğitim, geometri, analiz ve bilgisayar programlama gibi farklı alanlarda kullanılmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Beck (1967), şema kavramını bilişsel terapiye kazandırmış ve şemaların bilişi etkileyen tarama, kodlama ve değerlendirme aşamalarından oluşan yapıları olduğunu belirtmektedir. Bu da bilginin işlenmesi sürecinde, bilgilerin belirli kurallara göre kavramsallaştırıldığını göstermektedir (Beck ve Clark, 1988; akt., Demir, 2021).

Beck (1967)’e göre şemalar, çocukluk döneminde gelişen ve ilerleyen yapı olarak uyumlu ve uyumsuz olabilmektedir. Kişinin davranışları, duyguları ve erken dönem çocukluk çağındaki tecrübeleri, şemalar yardımıyla yönlendirilerek anlamlandırılmaktadır (akt: Kavak, 2020). Birçok alanda ve araştırmada, biliş ile davranışın anlamlandırılıp değerlendirilmesinde, çevresel etkenlerin de etkisiyle şema kavramından yararlanılmaktadır (Stein, 1995).

Young ve diğerleri (1990,1999) tarafından geliştirilen şema terapi, bilişsel davranışçı terapinin eksik kaldığı kronik problemleri olan kişileri tedavi etmek amacıyla geliştirilmiş bir terapidir. Şema terapi, var olan terapilerden yarar sağlanamayan duygu ve düşünce sisteminin değiştirilmesinde sorun yaşanması nedeniyle, daha kapsamlı tedaviye ihtiyacın olması şema kuramını ortaya çıkarmaktadır (Howke ve Provanchar, 2011).

Aynı zamanda, erken dönem uyumsuz şemalarla psikopatoloji arasında bir ilişki bulunmaktadır. Özellikle kişilik bozukluklarının tedavisinde oldukça faydalı olmaktadır. Diğer psikolojik problemlerin tedavisinde de faydalı olduğunu gösteren çalışmalar bulunmaktadır (Kömürcü ve Gör, 2016; Ertürk ve Kaynar, 2017).

Young, şema terapiye göre bilişsel davranışçı terapinin Eksen I bozukluklarında işlevsel olduğunu ancak kişilik bozukluklarının tedavisinde başarısız olduğunu belirtmiştir (Moran, 2007; akt: Karahan, 2019).

Bilişsel davranışçı terapinin yetersiz kaldığı durumlara bakıldığında, ilk olarak bilişsel davranışçı terapide hastaların tedaviye yaklaşımlarının daha olumlu ve tedaviye karşı istekli oldukları görülmektedir. Buna rağmen, çoğu karakterolojik hastaya terapi karışık gelebilmekte ve hasta isteksiz olabilmektedir. İkinci olarak; bilişsel davranışçı terapide kısa bir süreçte duygu ve düşüncelerinin farkında olabilmeleri düşünülmüş ancak karakteristik problemleri olan hastaların, kendi duygu ve düşüncelerinden uzaklaştıkları görülmektedir. Erken dönem yaşantılarından kaçınan bu hastalarda, bu kaçınmayı değiştirmek oldukça güç görülmektedir. Üçüncü olarak; katı olduklarından dolayı kişinin kendilik algısı ve inandıkları şeylere karşı esnek değildirler. Dördüncü olarak; bilişsel terapide problem olan davranış ve düşünceleri aşamalı, tekrarlı ve deneme yollarıyla çözülebileceği düşünülmektedir. Lakin kişinin çarpıtılmış düşünceleri katı ve çok güçlü görülmektedir. Son olarak bu hastaların erken yaşantılarında, uyumsuz ilişkiler yaşaması nedeniyle ilişkide problem yaşadıklarından dolayı terapist ile ilişki kurmaları kolay olmamaktadır. Bundan dolayı, terapötik ilişki bilişsel terapide çok fazla vurgulanmamaktadır (Young ve diğerleri, 2003). Şema terapi, bilişsel davranışçı terapiye göre daha duygu odaklı ve terapist ile ilişki daha ön planda bulunmaktadır (Dodoma ve diğerleri, 2016; akt: İlk, 2019). Terapötik ilişkilerde terapistin aktifliği ve yönlendirilebilirliği diğer terapi yöntemlerinden farklılık göstermektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Young (1999) şema terapide, bilişsel davranışçı terapiden farklı olarak yeni yaklaşımlarla birlikte başa çıkma stilleri ve motivasyonel teknikler kullanılmaktadır. Şema terapide kullanılan teknikler, bilişsel yeniden yapılandırma için “Sınırlı yeniden

ebeveynlik” ve terapötik ilişkide imgeleme, diyalog kurdurma ve uyum bozucu kısır döngülerin kırılabilmesi için sistematik davranışçı teknikler kullanılmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar, 2003).

Şema terapiyi klasik bilişsel davranışçı terapiden ayıran özellikler; tedaviyi anlama kısmında çocukluk tecrübelerine daha fazla vurgu olması, terapötik ilişki biçimi, duygulara, başa çıkma biçimlerine ve hayat olaylarına daha fazla bakılması olarak geçmektedir (Young, Klosko, Weishaar; 2003). Safran (1990), Young ve Lindemann (1992) ve Moran (2007), farklı terapi yaklaşımlarının birleştiricisi olan şema terapiyi, bilişsel terapiyle birlikte bağlanma kuramı, obje ilişkileri ve gestalt terapi gibi diğer terapi yöntemlerinden etkilendiğini belirtmektedir (akt. Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır, 2009). Young ve diğerleri (2003), bilişsel, davranışçı, kişiler arası ve yaşantısal tekniklerin birleşiminden oluşan şema terapiyi, yenilikçi ve kapsamlı olarak görmektedir.

1.1.2. Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaların Özellikleri

Erken dönem uyumsuz şemalar, çok erken oluşan yapılar olup erken çocukluk döneminde ortaya çıkan ve hayat boyu devam eden geçmiş tecrübelerden oluşmaktadır (Martin ve Young, 2010). Erken gelişim döneminde temel ihtiyaçlardan mahrum bırakılmak ve ebeveyn ya da yakın ilişki içerisinde olunan çevrenin etkisiyle, zor bir süreç geçirme sonucunda oluşabilmektedir (Kapçı ve Hamamcı, 2010). Hayat boyu devam eden bu şemalar gelişmekte ve daha komplike durumlar haline gelebilmektedir. Örneğin; ebeveynin soğuk, mesafeli ve ilgisiz olan kişide “Duygusal Yoksunluk” şemasını geliştirmektedir. Bu durum da kişiye, insanların onu hiçbir zaman duygusal olarak tatmin edemeyeceğini ve yoksun bırakılacağını düşündürmektedir. Erken dönem uyumsuz şemaları, işlevli ya da işlevsiz bir şekilde kişiyi zorlayıcı düşünce haritası şeklinde oluşabilmektedir (Boysan, 2012). Birçok şemanın var olması, yaşanılmış deneyimleri ve durumları yapılandırmaktadır. Kişinin var olan şeması uzun zamandır çalışmıyor olabilir fakat bir olayla karşılaştığında ya da stresli bir durumda şema aktive olmakta ve bu durum kişinin nasıl tepki vereceğini belirlemektedir (Arkar, 1992).

Kişilerde, bu durumlardan dolayı yaşadığı olaylara karşı yüklenen olumsuz anlamlar sonucunda uyumsuz şemalar ortaya çıkmaktadır. Kişinin bu uyumsuz şemalara göre sergilediği davranışları, şemanın bir parçası değil kişinin şemaya verdiği tepkiden kaynaklanmaktadır (Young ve diğerleri, 2003; Karaosmanoğlu, 2018). Bundan dolayı, yetişkinlikte daha önceki durumlarla benzer şeyler yaşandığında kişide; öfke, korku, mutsuzluk, utanç gibi rahatsız edici duygular ortaya çıkabilmektedir. Bu duyguların ortaya çıkması, daha önceki yaşanılmış durumların tekrar etmesinden kaynaklanmaktadır (Rafaeli ve diğerleri, 2013). Şemaları bazı araştırmacılar şu şekilde açıklamaktadır;

Çocukluk döneminde yaşanılmış tecrübeler, erken uyumsuz şemalarının kökenini oluşturmakta ve daha sonrasında oluşan şemalar, erken dönemdeki şemalar kadar etkili olmamaktadır (Young, 1990).

Kong, şemaların oluşumunun tamamının erken yaşantıda oluşmadığını, daha sonraki hayatta da olumsuz tecrübelerle de oluşabildiğini vurgulamaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaları kişilik özelliklerinin bir parçasıdır ve hayat boyu devam edebilmektedir (Riso ve diğerleri, 2006; akt: Demirhan, 2018).

Erken dönem yaşantıda karşılanmamış temel ihtiyaçlara bakıldığında ise; karşılanmayan ihtiyaçlar sonucunda kişide savunmalar ortaya çıkmaktadır. Sonrasında, kişinin eksik ihtiyaçlarından kaçınmaya çalışmasıyla birlikte şemalar arka planda çalışmaya devam etmektedir. Bu eksik ihtiyaçlar sonucu oluşan şemalar, yeni tecrübelerle birleşerek yineleyici ve kalıcı bir hale gelmekte ve değişime karşı çok dayanıklı bir hal almaktadır.

Şemaların doğasını anlamak için bazı özelliklerini anlamak gerekmektedir. İlk özelliği, inanç ve yapı bakımından esnek olmamaktır. İkinci olarak, şemalar hayat boyunca devam etmekte ve kendiliğinden ortaya çıkmaktadır. Bu nedenle tekrarlayıcı ve devamlı özellikte olup tutarlılık gösterme eğilimindedir. Bu şemaların olumsuz sonuçları bile olsa bilindik ve alışılmış olması kişiyi rahat hissettirmektedir. Şemalar güçlü yapılar olduklarından dolayı, kişiler şemayla zıt bir durum içinde kaldığında durumu şemaya uygun hale getirmeye çalışmaktadır (Young ve diğerleri, 2003; Riso ve diğerleri, 2006; akt. Tok, 2017). Üçüncü olarak, şemalar işlevsiz ve uyum bozucu olabilmektedir. Uyumsuz şemalar

kronik depresyon, panik bozukluk, ilişki sorunları, madde bağımlılığı ve uykusuzluk gibi birçok psikolojik sıkıntılara neden olabilmektedir (Hatipoğlu, 2015). Aynı zamanda şemalar; akran, okul, çevre ve kültürden etkilenmektedir. Örneğin; terk edilme şeması olan biri ilişkilerden kaçınabilmektedir (Young ve diğerleri, 2003).

1.1.3. Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Kökenleri

Kişinin hayatını etkileyen erken dönem uyumsuz şemalarının oluşumunda 3 temel öge bulunmaktadır. Bunlar (Young ve diğerleri, 2003; Ravazi ve diğerleri, 2012; akt: Şimşek, 2019);

- Temel duygusal gereksinimler,
- Erken dönem yaşantıları,
- Duygusal mizaçtır.

Temel duygusal gereksinimler, kişinin doğmasından itibaren başlamaktadır. Bundan dolayı şemalar, asıl olarak çocuklukta meydana gelmektedir. Kişiler doğduğu andan itibaren etrafı çevresel uyarıcılarla çevrili olduğundan dolayı, gelişim döneminde çevresel etkenlerin büyük önemi bulunmaktadır. Bu çevresel faktörler; istismar, kötüye kullanım, ihmal, ilgisizlik gibi faktörlerdir ve erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna neden olmaktadır. Temel duygusal ihtiyaçların eksikliği sonucunda, uyum bozucu şemalar ortaya çıkmakta ve erken çocukluk döneminde bu ihtiyaçların engellenmesi şemaların temelini oluşturmaktadır (Young ve ark., 2003; Çakır, 2007).

Erken dönem uyumsuz şemaları, hayat boyunca olayları algılama şeklini belirleyen güçlü duygular ve düşünce yapıları (Rafeli ve diğerleri, 2013) olduğundan dolayı, şemalar ne kadar güçlüyse aktifleşmesi o kadar kolay olur ve sonuçları yıkıcı olmaktadır. Bu temel ihtiyaçlar (Young ve diğerleri, 2003);

- Güven arama,
- Özerklik,
- Duyguları ve ihtiyaçları ifade edebilme özgürlüğü,
- Kendiliğindenlik ve oyun,
- Dengeli sınırlar ve öz denetimdir.

Şemaların oluşmasına sebep olan diğer öge ise erken dönem yaşantılarıdır. Çocuk, çevreyi hayattaki ilk bağı olan aile veya bakım veren kişilerle kurarak anlamaya ve anlamlandırmaya çalışmaktadır (Schmidt ve diğerleri, 1995). Çocuk, ebeveynleriyle kurduğu sağlıklı ilişkiler sonucunda şemalar belirlenmekte ve daha sonraki yaşantıda şemalardan birinin aktifleşmesi, kişide erken dönemdeki yaşanmışlıkların canlanmasına neden olmaktadır. Erken dönem çocuklukta hayatı kolaylaştırmak için oluşan bu şemalar, yetişkinlik evresinde işlevsiz bir duruma girerek kaygı, depresyon, kişilik bozuklukları gibi Eksen I ve Eksen II problemlerinin temelini oluşturmaktadır (Young, 1990).

Yetişkinlik döneminde yaşanan olayların, erken dönem uyum bozucu şemaların gelişiminde rolü olsa da, erken dönem çocuklukta kadar kalıcı ve dirençli yapıda değildir. (Rafeli ve diğerleri, 2018). Çocukluk döneminde kişinin ebeveynleri ya da çevresi tarafından istismar edilmesi, yok sayılması, terk edilmesi ve kötü davranılması sonucunda erken dönem uyumsuz şemalar aktif hale gelir ve hayatında aktif rolü olmaktadır (Young ve Klosko, 2018).

Young, tarafından 4 tip erken yaşantı deneyimi açıklanmıştır. Bunlar;

- **İhtiyaçların giderilmemesi;** sürekliliği olmayan sevgi veya ilgi gibi bazı temel ihtiyaçların ebeveyn tarafından kişiye verilmemiş olması, uyumsuz şemaların oluşmasının temel nedenidir. Bunun sonucunda duygusal yoksunluk ve terk edilme şemaları oluşabilmektedir.
- **Travma geçmişi ve kurban olma;** bu tarz kötü tecrübesi olan çocuğun; taciz, istismar ve doğal afet gibi bir olay yaşaması sonucunda güvensizlik/suistimal edilme, kusurluluk ya da utanç ve incelenebilirlik gibi şemalar ortaya çıkabilmektedir.
- **Gereksinimlerin fazla karşılanması ya da aşırı koruma;** baskılayıcı bir ailede büyüyen çocukların yeterli bağımsızlık duygusu oluşmadığından birey, sıkıntı yaşayabilmekte ve gerçekçi sınırlar belirlemede sorun yaşamakta veya ebeveynlerin çocuğa gereğinden daha fazla şey sunmuş olması sonucunda bağımlılık, yetersizlik, hak görme, büyüklük şemalarının oluşmasına neden olabilmektedir.

- **Seçici içselleştirme ya da önemseyen kişilerle özdeşme;** çocuklar ebeveynlerini izlemekte ve onların davranış ve düşüncelerini içselleştirmektedir. Bakım verenlerin problemleri, çocukluk dönemindeki çocuğun temel gereksinimin karşılanmasına engel olduğunda uyumsuz şemaların oluşmasına neden olmaktadır. Çocuk, bu durumda güvenli bağlanma gerçekleştiremeyip durumu içsel olarak algılayabilmektedir (Young ve diğerleri, 2003). Çocukların bağ kurdukları ilk yer aile olduğu için aileyle kurulan bağ çok önemlidir. Örneğin; ebeveynin fobileri içselleştirip benimsenebilmektedir (Young, 1990).

Erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasında rol oynayan diğer etmen ise duygusal mizaçtır. Mizaçlar, genetikle birlikte ortaya çıkmaktadır. Olaylara bakış açısını geliştirmeye ve tepki vermeye yardımcı olmaktadır. Doğumla başlayan karakteristik özellikleri pekiştirirler ve mizaca bağlı olarak şemalar belirlenmektedir (Beck ve Emery, 2015).

Erken dönem yaşantılarının yanı sıra duygusal mizacın da şemaların kökeninde önemli katkısı bulunmaktadır (Young ve diğerleri, 2003). Örneğin; aynı ailede büyüyen iki çocuk, farklı mizaçları gereği olaylara farklı tepkiler verebilmekte, utangaç mizaca sahip olan çocuk ilişkilerde reddedici olabilirken dışa dönük çocuk olumlu ilişkiler kurabilmektedir (Saygılı, 2014).

Doğuştan gelen ve değiştirilmesi çok zor olan duygusal mizaç alanları bulunmaktadır. Bunlar (Young ve diğerleri, 2003);

- Çabuk etkilen-tepkisiz kalan
- Distimik-iyimser
- Endişeli- sakın
- Takıntılı- dikkati dağınık
- Pasif- agresif
- Sinirli- keyifli
- Utangaç- girişken.

1.2. Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları

Young ve diğerlerinin oluşturduğu şema modelinde beş şema alanı ve kategorisinde 18 tane şema bulunmaktadır. Bunlar aşağıda görüldüğü gibidir;

Kopukluk ve Reddedilme	Zedelenmiş Özerklik ve Performans	Zedelenmiş Sınırlar	Başkası Yönelimlilik	Aşırı Uyarılma ve Baskılama
Terk edilme/İstikrarsızlık	Bağımlılık/Yetersizlik	Haklılık/Üstünlük	Boyun Eğicilik	Olumsuzluk/Karamsarlık
Güvensizlik/Kötüye kullanılma	Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık	Yetersiz Öz-Denetim / Öz-Disiplin	Kendini Feda	Duyguları Baskılama
Duygusal/Yoksunluk	İç İç Geçme/Gelişmemiş Benlik		Onay Arayıcılık / Kabul Arayıcılık	Yüksek Standartlar / Aşırı Eleştiricilik
Kusurluluk/Utanç	Başarısızlık			Cezalandırıcılık
Sosyal İzolasyon/Yabancılaşma				

1.2.1. Kopukluk ve Reddedilme Şema Alanı

Bu şema alanı; bakım, güvenlik, istikrar, empati ve duyguların ifade edilmesi gibi temel gereksinimlerin karşılanmadığı zaman oluşan şema alanlarını kapsamaktadır (Rafaeli ve diğerleri, 2013). Bu şema alanına sahip kişiler, başkalarına güvenli bağlanmakta zorluk yaşamakta, yakın ilişkiler kuramamakta ve ilişkilerinde duygusal olarak tatmin olamayacağını düşünmektedir. Bu şema alanına sahip kişilerin ebeveynlerinin; mesafeli, tutarsız olmaya meyilli, reddedici ya da fiziksel ve psikolojik taciz uyguladığı görülmektedir. Bu kişiler, travmatize çocukluğa sahiptir ve yetişkinlik döneminde ya çabuk sıkılıp ilişki değiştirmekte ya da hiç ilişki kurmak istememektedir. Terapide, bu kişilerin

terapötik ilişkisi önemli olmaktadır (Young ve diğerleri, 2003). Bu alanın 5 tane alt şeması vardır. Bunlar;

Terk Edilme / İstikrarsızlık: Bu şemaya sahip olan kişilerde, çevresindeki kişilerin onları terk edecekleri veya başkaları için onları terk edeceği ya da ölecekleri korkusu ile ilişkilerinin devamlılığı olmayacağı endişesi bulunmaktadır (Young ve diğerleri, 2003). Bu nedenle, etrafındaki kişilerle bağ kurmakta zorlanmakta ya da çok fazla sarılmaktadır. Bu kişiler, özellikle bu şemalarını tetikleyecek güven duymadıkları ilişki içinde kalmaya devam etmektedir. Böyle ilişki içerisinde olunmasa bile küçük bir durum yaşandığında, bu şemalar tetiklenmektedir (Arntz ve Jacob, 2016).

Bu şemanın oluşumu, çocuklukta ebeveynin kaybı ya da ebeveynin çocuğu terk etmesi sebebiyle, bağlanma durumunun kesintiye uğraması ile gerçekleşmektedir. Kaybedilen ebeveyn, bu şemanın temel yapısını oluşturmakta olup ebeveynin çocuğun hayatındaki rolüyle ilgili şemanın şiddeti doğru orantılı olarak oluşmaktadır. Diğer bir oluşum sebebi ise; çocuğun ailesinden uzak kalması ya da ailesinin çocuğu terk etmesinden kaynaklanmaktadır. Başka bir neden ise anne ve babanın ayrılacağı korkusunu yaşaması ya da ebeveynden birinin ya da ikisinin tutarsız, dengesiz, ilgisiz olmasından kaynaklanmaktadır. Bu şemanın iki türü vardır. İlki; bağımlılık temelli terk edilmedir. İkincisi, kayıp temelli terk edilme olarak ayrılmaktadır. Bağımlılık temelli terk edilme, aşırı derecede korumacı bir ailenin etkisiyle tek başına yaşama korkusudur. Bu şemaya sahip kişiler, yalnız kalmaktan korkabilmektedir. Bu kişiler, bağımlı olduğu kişiyi kaybetmekten dolayı büyük bir kaygı yaşamaktadır (Young ve Klosko, 2018).

Güvensizlik / Suistimal Edilme: Bu şemanın görüldüğü kişilerde kendisine zarar verileceği, kötüye kullanılacağı, aldatılacağı gibi düşünceler bulunmaktadır. Çevresi tarafından alay edileceğini ve aldatılacağını düşünmekte ve dünyanın güvenilmez olduğuna inanmaktadır (Roediger, 2015). Bu kişiler olayların en kötüsünü düşünmeye odaklanmakta ve sürekli tetikte olmaları gerektiğine inanmakla birlikte çok şüpheli ve ilişki yaşamakta çok zorlanmaktadır. Şemanın oluşmasında ise; ihanete uğrama, kandırılma, küçük görülme bulunmaktadır. Çocuklukta fiziksel veya psikolojik tacize uğramış olmak, güvenilmez bir

çevrede büyümek, ebeveyn tarafından sürekli olarak dünyanın güvenilmez olduğuna dair uyarılar almak gibi nedenlerle bu şemalar oluşmaktadır (Young ve Klosko, 2018).

Duygusal Yoksunluk: Bu şemaya sahip kişiler duygusal ihtiyaçların karşılanmayacağını düşünmektedir. Sevgi, şefkat, ilgi ve bakım görme gibi ihtiyaçları kapsayan 3 tür yoksunluk türü vardır (Rafaeli ve diğerleri, 2013).

- Bakım Yoksunluğu; sevgi, ilgi yoksunluğu, arkadaşlık yoksunluğu,
- Empati Yoksunluğu; kendi duygularını açmada yoksunluk,
- Koruma Yoksunluğu; yönlendirme, güç yoksunluğu.

Bu şemada kişi, duygusal olarak tatmin olamamaktadır. Birey, “Kimse beni sevmez, anlamaz.” gibi düşüncelere sahiptir. Genelde aldıkları sevgiden fazlasını istemekte, sevgi ve ilgiye aç olmakta; istedikleri kadar sevgi ve ilgi alamazsa öfke duygusu yaşamaktadır. Bu şemaya sahip kişiler, şema tetikleyicisi olan duygusal olarak soğuk, ilgi göstermeyen kişilerle ilişkide olmaktadır (Young ve Klosko, 2018). Sık rastlanılan bir şemadır fakat zor fark edilmektedir. Duygusal yoksunluğun eksikliğini tam olarak anlamamakla birlikte, sık rastlanmakta fakat zor sahiplenilmektedir.

Kusurluluk /Utanç: Bu şemaya sahip kişiler kendisinin utanılacak bir kusuru olduğunu düşünmekte ve kendisini değersiz, yetersiz görmektedir. Kendilerini çok fazla eleştirerek, başkalarıyla kıyas halinde olup sosyalleşmek istememekte ve arka planda kalmayı tercih etmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017). Kendilerine karşı duydukları yoğun utançtan dolayı, “Kimse beni sevmez, benimle neden ilgilenir.” düşünceleri bulunmaktadır. Olumlu niteliklerini göz ardı etmekte (Fennell, 2015) ve şemalarını doğrulayacak kişileri seçmektedir. Onları aşağılayan, sürekli eleştiren arkadaşlık ve ikili ilişkiler içerisinde bulunmaktadır. Bu şemadan kaçınanlar ise kusurlarının ortaya çıkmaması için ilişkilerden ve sosyal ortamlardan uzak durmaktadır. Kişi, kusurunun ortaya çıkmasını istemediğinden ve bunun için elinden geleni yaptığından dolayı ortaya çıkması zor bir şemadır.

Bu şemaların oluşmasına ebeveynin eleştirel ve cezalandırıcı olması, reddedilmek, sevilmemek, tacize uğramak, kötü şeyler için hep suçlanmak, kardeşler arası kıyas

yapılması gibi durumlar neden olmaktadır. Bu şemaya sahip kişiler, genelde ilişkilerini uzaktan, evli veya sürekli görüşemedikleri ilişkileri seçmektedir. Seçtikleri kişilerin kusurlarını görmeleri istenmemektedir (Young ve Klosko, 2018).

Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerinin herkesten farklı olduğunu düşünmektedir. Kendilerini hiçbir gruba ve ortama ait hissedememektedir. İki nedenden dolayı, kendilerini sosyalleşmekten izole etmektedirler. Bunların ilki, farklı olduklarını düşünmeleridir. Diğer ise; dışlanmaktan dolayı ilişkilerinde istedikleri gibi olamayacakları düşüncesi sonucu yalnızlık ve korku duyguları hissedilmektedir (Robichoud Dugos, 2018; akt: Yıldız, 2019). Bu şemaya sahip kişiler görüşlerine, statülerine, konuşma becerilerine dair yoğun kaygı yaşamaktadır. Bu şemanın oluşmasında, ebeveynlerin birinde sosyal izolasyon şemasının olması, bu nedenle böyle hayatı örnek alması, ailenin bulunduğu çevreyle uyum sağlayamaması gibi nedenler bulunmaktadır (Young ve Klosko, 2018).

1.2.2. Zedelenmiş Özerklik ve Performans Şema Alanı

Zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı, kişinin sağlıklı bir otonomisi olabilmesi için aileden ayrılıp işlevselliğini bağımsız olarak sürdürebilme yetisi olarak açıklanmaktadır. Bu şema alanı olan kişilerin aileleri aşırı korumacı bir yapıda olmakta ya da ilgisiz bir aile yapısında oldukları görülmektedir. Ailenin çocuğa karşı korumacı yaklaşımı, sorumluluk duygusunun gelişmesini önlemekte ya da ilgisizlik ve bakımsızlıktan öz güvenin zedelenmesine neden olmaktadır. Bu bireylerin kendileri ve hayatla ilgili düşünceleri, ailelerinden ayrı ve bağımsız olma davranışları çatışma içinde olduğu görülmektedir. Yetişkinlik döneminde bu kişiler ilişki kurmada, hedef belirlemede sorun yaşayabilmektedir. Bu şema alanı 4'e ayrılır. Bunlar;

Bağımsızlık / Yetersizlik: Bu şemaya sahip kişi, tek başına problemlerin üstesinden gelemeyeceğine inanmaktadır. Çocuklukta “Sen yapamazsın.” geri dönüşleriyle karşılaşıldığından dolayı çocuğa özerklik tanınmamakta ve çocukta yetersizlik ve kabiliyetsizlik inancı oluşturulmaktadır (Rodiger, 2015). Bu kişiler, hiçbir işi doğru

“Yapamayacağım.” ve “Tek başıma başaramayacağım.” inançlarından dolayı başkalarının onayına ihtiyaç duymaktadır.

Bu şemaya sahip olan kişiler, bağımlı oldukları kişilerin olumsuzluklarına onları kaybetmek istemediklerinden dolayı göz yummaktadır. İstedikleri tepkiyi veremedikleri için yoğun bir öfke duymaktadır. Bu şemanın yanında, bu kişilerde boyun eğcilik şeması da gelişmektedir. Bağımlılık şeması olan kişilerde kaygı, aktif bir durumda olup kişi yalnız kalmaktan yoğun kaygı duymaktadır.

Bu şema, aşırı korumacı ebeveyn ya da ihmalkâr ebeveyn sonucunda oluşmaktadır. Aşırı korumacı ebeveyn, çocuğun kendi bireysel gelişimine engel olarak kendisine bağımlı olmasına neden olmaktadır. İhmalkâr olan ebeveyn ise; çocuğun yanında olmamasından dolayı, çocuğun yaşının gerektirdiğinden daha fazla sorumluluk almasına neden olmaktadır. Bu nedenle çocuk, bağımlılığa gereksinim duymaktadır (Wolf, 2009; akt: Yıldız, 2019). Aşırı korumacı bakım verenlerin bağımlılık şemaları aktif olduğundan, çocuğa bu şemayı kendi korku ve kaygıları ile yansıtmaktadır. Aşırı korumacı bir aileye sahip çocuklarda, acı tecrübeler ya da duygusal yoksunluk şeması yoktur fakat aile dışındaki hayatında zorluk yaşayabilmektedir.

Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık: Bu şemaya sahip kişilerde, her an bir felaket yaşayacakları endişesi bulunmaktadır. Tehlikeli bir durumla karşılaşıldığında kendisini güçsüz olarak gördüğünden dolayı baş edemeyeceğini düşünmektedir. Dayanıksızlık şemasının türleri bulunmaktadır. Bunlar; hastalıklar konusunda sürekli hastalanacağına dair korku, herhangi bir durum karşısında aklını kaybetme düşüncesi, maddi gücünü kaybedip ekonomik olarak güçsüz kalınacağına dair endişeler, adli olarak da yoğun bir endişe, suçlanacağı ve ceza alacağına dair kaygı, doğal afet, kaza gibi beklenmedik durumlara karşı dayanıksızlık şemaları bulunmaktadır (Karaosmanoğlu, 2018).

Bu şemaya sahip olan kişiler, aşırı seviyede kontrolcü olduklarından dolayı ciddi önlem almaya çalışmakta ya da kişi başına bir şey gelecek endişesiyle kaçınmaktadır. Bu şemanın oluşumunda, aynı şemaya sahip ebeveyn tarafından büyütülmüş ve aşırı korumacı

tutumlar sergilenmiş olabilmektedir. Ebeveynin aşırı korumacı ve kontrollü olması travmatize bir yaşantının olmasından kaynaklanabilmektedir. İhmalkâr ebeveynde ise bakım verenin başına bir şey gelmesinden çocuğun etkilenmesiyle bu şemalar oluşmaktadır (Young ve Klosko; 2018).

Yapışıklık / İç İçe Geçmiş Benlik: Bu şemaya sahip kişilerde, bireyselleşme söz konusu değildir. Kişi bakım verenine, arkadaşına ya da ilişki içinde olduğu kim varsa iç içe geçmiş bir yaşantıları bulunmaktadır. Kişi hayatında olan bu kişilere göre hareket etmekte, onlarsız yapamayacağını düşünmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2017). Bu şema bireyin ayrışmasına izin vermeyen ebeveynler olması ve çocuğu kendisine bağlı olarak yetiştirmesi sonucunda oluşmaktadır.

Başarısızlık: Bu kişiler, beceriksiz ve başarısız olacağını, hiçbir alanda başarılı olamayacağını, diğerleri ve çevresine göre geri kalacağını düşünmektedir. Kendini yetersiz ve eksik hissetmektedir. Bu şemanın oluşumunda çocukluk çağındaki başarısızlıklar bulunmaktadır. Diğer şemalarla ilişki içinde olup ebeveynin çocuğa karşı eleştirel tavırda olması, çocuğa “Sen beceriksizsin, sen yapamazsın.” gibi yaklaşımlarından dolayı başarısızlık, kusurluluk şemasıyla birlikte görülmektedir. Ebeveynin çok başarılı olamayacağı kaygısının olması ve yüksek standartlar şemasıyla birlikte gelişebilmektedir.

1.2.3. Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

Bu şemaya sahip olan kişilerin kendilerini kontrol etme konusunda yeterli becerileri bulunmamaktadır. Bu kişiler, başkalarının haklarına saygı göstermek istememekte, verdikleri sözlerde durmamakta ve ilişkileri yürütmekte zorlanmaktadır. Bu kişiler bencil, şımarık, narsist ve sorumsuz olarak ifade edilmektedir. Bu şemanın oluşumunda, çocuklar çok hoşgörülü ya da sınır koymayan ebeveynler tarafından yetiştirilmektedir. Çocukluk döneminde başkalarının haklarına saygı duymayı öğrenmedikleri için yetişkinlikte de bu davranışlar sürdürülmektedir.

Hak Görme / Büyüklük: Bu şemaya sahip kişi, kendisinin başkalarına göre üstün olduğunu ve ayrıcalıklı olduğunu düşünmektedir. Sosyal ilişkilerde ve diğer her durumda öncelikli hakların kendisinin olduğunu düşünmekte ve öyle davranışlarda bulunmaktadır.

Kendi istekleri için başkalarının haklarını göz ardı etmekte, güçlü olmaya çok odaklanmakta ve her şeyi elde etmek için fazla talepkâr ve rekabetçi özellikler taşımaktadır (Üzümcü, 2016). Bu şema üç türde görülmektedir. İlki dürtüsel haklılık şemasıdır ve kişi hayatı boyunca duygu, düşünce ve davranışlarını kontrol etmekte zorlanmaktadır. Dürtüsel davrandıkları için hayatında sürekli problem yaşanmakta, düşünmeden harekete geçmekte, durağan, monoton işleri yapmakta zorlanmaktadır. Öz disiplinleri olmadığı ve kendilerini kontrol edemedikleri için bağımlılıkları olabilmektedir. Bir diğeri ise şımarıklık haklılık şemasıdır. Bu kişiler hayır denilmesini kabul etmemekte, istediği şeyleri almayı istemekte ve olmadığında ise öfke duyulmaktadır. Her zaman kendilerinin öncelikli olmaları gerektiğini düşünmekte ve kurallara uyulmadığında herkesin ceza alması gerektiğini ama kendilerinin almayacağını düşünmektedir. Bağımlılık haklılık şemasına sahip kişiler, diğer insanlara bağlı olduğunu ve onların kendisine bakmaları gerektiğini düşünmektedir.

Bu şemanın oluşumunda, bu şemaya sahip kişilerin ailelerinin çocuklarına yeterli sınırı koyamadığı, kontrolün çocuğa bırakıldığı ve ne isterse yapıldığı görülmektedir. Dürtü problemi yaşayanın sebebi olarak ailenin çocuğa çok fazla imtiyaz vermesi veya dürtü problemi yaşayan ebeveyne sahip olması gösterilmektedir. Bağımlı haklılık şemasına sahip kişilerde ailenin, çocuğu kendisine bağımlı olarak yetiştirmiş olması, sorumluluk vermemesi bu şemayı geliştirebilmektedir. Şımarıklık haklılık şemasında ise ebeveynlerden birinin aşırı şımarttığı durumlarda bu şema oluşabilmektedir (Young ve Klosko, 2018).

Yetersiz Öz Denetim: Bu şemaya sahip kişiler kendini kontrol etmekte ve önlerine engel çıkması durumunda tahammülsüz olarak bu durumla baş etmekte zorlanmaktadır. Bu kişiler, duygu ve düşüncelerini paylaşmakta zorluk çekmekte ve huzurlu oldukları ortamdan çıkmaktan veya sorumluluk gerektiren durumlardan kaçınmaktadır. Bu şemaya sahip kişiler, tahammül edememektedir. Bu şemanın oluşumunda ailenin sınır ve öz denetim konusunda yeterli sınırı koyamamaları ya da aşırı kontrollü davranmış olmaları rol oynamaktadır.

1.2.4. Başkası Yönelimlilik Şema Alanı

Bu şema temel gereksinimlerin karşılanmaması nedeni ile oluşmaktadır. Kişi, ait olmak, sevilme ve onaylanmak için önceliğini hep başkalarına vermektedir. Kişi önceliğini o kadar başkalarına verir ki kendi istek ve ihtiyaçlarını görememektedir.

Bu şemaya sahip kişilerde, çocukluk döneminde ailelerin koşullu sevgi göstermiş olması rol oynamaktadır. Çocuğun isteklerini karşılamak için ebeveyn tarafından öncelikle bir ön şart kabulü bulunmaktadır. Bu durumda çocuk sevilme ve onaylanmak için öncelikle isteklerin karşılanması gerektiğini düşünmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2017).

Boyun Eğicilik: Bu şemaya sahip kişiler, başkalarını sürekli alttan almaktadır. Bu kişiler, başkalarından tepki almamak için kendi duygularını ve isteklerini bastırarak başkalarının isteklerine öncelik vermektedir. Başkalarını memnun etmek için çabalamakta, kendi isteklerinin ve duygularının önemsiz olduğunu düşünmektedir. İsteklerini yoğun bir şekilde bastırdıkları için öfke patlamaları ve pasif-agresif davranışları bulunmaktadır (Miller, 2015). Bu şemanın oluşmasında ailenin çocuğa kendi ihtiyaçlarının önemli değilmiş gibi davranması etkilidir. Aile, çocuklar kendi isteklerini veya duygularını ifade ettiklerinde cezalandırıcı ya da ilgilenilmeyen tavırda olduklarından dolayı oluşmaktadır.

Fedakârlık: Bu şemaya sahip kişiler, kendilerini tamamen yok sayarak başkalarının ihtiyaçlarını karşılamak için yoğun bir uğraş içinde bulunmaktadır. Bu sayede kendilerine saygı duyulacağını öngörmekte ve ilişki içinde kalmaya çalışmaktadır. Başkalarının üzüntü duymalarını önemseyerek bencil davranmaktan kaçınmaktadır. Zor durumda olan kişilere yardımcı olmaktan zevk almaktadır.

Bu şemanın oluşumunda, ailenin çok verici bir yapıda olması, kendilerinden çok çocukları için vazgeçmiş ebeveynler olması etkilidir. Çocuk fedakârlığı ailesinden öğrenmiş olur ve bu şemaya sahip kişiler hayatlarına bencil olan eş veya arkadaş seçmektedir.

Onay Arayıcılık: Bu şemaya sahip kişilerde başkalarının ne dediği, kararı, beğenisi ön plandadır. Kişinin itibarı, başkalarının ne dediğine bağlı olarak değişmektedir. Bu

nedenle bu kişiler için para, statü ve başarı çok önemli olup bu kişiler kendi düşüncelerinden çok başkalarının düşüncelerini önem vermekte ve onlardan onay almak istemektedir. Sevmek için kişiye göre hareket etmeleri gerektiği düşünülmektedir. Bu kişiler, başkalarıyla arası bozulmaması için onlara göre uyumlu davranmak zorunda hissetmekte ya da tam tersi şekilde davranarak diğer kişiler için olumsuz bir durum olsa bile öyle davranmaktadır (Rodiger, 2015).

Bu şema, çocuğun bakım verenlerin onayını sadece onların istediklerini yaptıklarında aldıklarından dolayı oluşmaktadır.

1.2.5. Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı

Bu şema alanına sahip kişiler, yoğun bir şekilde kendi duygu ve düşüncelerini bastırmaktadır. Bu kişiler, aşırı bir kontrollü olmaya ihtiyaç duymakta ve eğlenceli spontane olmaksızın olumsuz bir durumla karşılaşılabilmesine dair sürekli bir hazır olma ihtiyacında bulunmaktadır. Tetikte olunmaması veya kontrolün bırakılması durumunda hayatlarının bozulacağına dair endişe duyulmaktadır.

Bu şema yüksek beklentileri olan ailelerin etkisiyle oluşmaktadır.

Karamsarlık/ Olumsuzluk: Bu kişiler hayata karşı olumsuz bakmakta, olumlu taraflarını küçültmekte ve olumsuz durumları büyütmektedir. Sürekli olarak olumsuz tarafı odak almaktadırlar. Problem olmadığında dahi ufak bir sorunla karşılaştıklarında hayatlarının ve ilişkilerinin bozulacağı düşünülmektedir. Bu nedenle çok fazla kaygılı, karamsar ve memnuniyetsiz duyguları bulunmaktadır (Burns, 2018).

Bu şema, çocukluk döneminde ailesi tarafından katı bir şekilde büyütülmüş ve hep bir kurallar çerçevesinde yaşaması sonucunda oluşmaktadır.

Duyguların Bastırılması: Bu şemaya sahip kişilerde, başkalarının olumsuz yorumlarını duyma ve bunun sonucunda utanç hissetme korkuları bulunmaktadır. Bu nedenle bu duygu, düşünce ve davranışa sebep olabilecek durumlardan kaçınılmaktadır. Sürekli olarak kendilerini baskılamakta, öfkelerini ve duygularını hep bastırma halinde bulunmaktadır.

Bu şemanın oluşumunda; çocuklarının komik, utanç verici, olumsuz duygularını ifade edilmesini doğru bulmayan ebeveynler rol oynamaktadır. Bu şema, genellikle ailenin duygularını bastırma şeması aktif olduğunda oluşmaktadır. Bu şemaya sahip kişiler soğuk, mesafeli, çekingen olarak ifade edilmektedir.

Yüksek Standartlar: Bu şemaya sahip kişiler, her alanda en iyi şekilde olmak istemektedir. Hep zirvede olmak istemelerinin yanı sıra, başarısızlıklara tahammülleri bulunmamaktadır. Çok hırslı ve başarı odaklı olmalarından dolayı, onlar için statü ve dış görünüş oldukça önemli bulunmaktadır. Bu durum, onlar için normal bir durumdur ve dışardan kendileri yeterince başarılı gelmemektedir.

Bu şemanın çocukta oluşumu, ebeveynlerinden birinde veya her ikisinde bu şemanın var olmasından kaynaklanmaktadır. Çocuk, sevgi, ilgi ve alakayı ailenin bu yüksek standartlarına ulaştıklarında görebilmektedir. Çocuğun, ailesinin bu isteklerini karşılayamadığı durumda kusurluluk şeması da gelişebilmektedir.

Cezalandırıcılık: Bu şemaya sahip kişiler, herhangi bir yanlış yaptıklarında cezalandırılması gerektiğine inanmaktadır. Çevresine karşı yaklaşımı da böyle olup hayat görüşü bu şekilde şekillenmektedir. Çok eleştirel ve hoşgörüsüzdür. Bu şema, çocukluk döneminde cezalandırıcı bir aile tarafından yetiştirilmede görülmektedir.

1.3. Evlilik Tanımı

Evlilik, toplumda aileyi oluşturan en küçük birimdir. Başka bir ifadeyle, iki ayrı bireyin geçmiş deneyimlerini ve değer yargılarını yeniden inşa eden yapıdır (Ateş ve diğerleri, 2004). Evlilik, toplum tarafından kabul görmüş kültür ve geleneklere göre şekillenen, sosyal, psikolojik ve biyolojik alanlara etki eden resmi bir kurumdur (Tarhan, 2015).

Çelik ve Tümkaya (2012)'ye göre evliliğin tanımı; aile kurmak ve soyunun devamlılığı için kurulan birliktelik ve çiftlerin birbirine bağlılığına dair söz vermelerini sağlayan, tüm dünya tarafından kabul görmüş bir kurum olarak ifade edilmektedir.

Evlilik, kişinin yaşamında en önemli ilişki beraberliği olarak benimsenmekte, mutluluk ve doyum sağladığı gibi olumsuz durumlara da sebebiyet verebilmektedir (Hünler ve Gençgöz, 2003).

Evlilik, bir çiftin birbirlerine verdiği sözün anlamını taşımaktadır. Gelecekte bir arada olmaya dair söz veren çiftlerin verilen sözlerin anlamını ve önemini kavrayabilecek yetişkinlikte olması gerekmektedir. Evliliğin önemli bir yapı olarak kabul edilmesinin asıl nedeni, onun başlıca özelliği olan geçici bir ilişki olmaması durumudur (Kessler & Yalow, 2006).

1.3.1.Evlilik Uyum

Bireylerin, toplum içinde yaşamaları nedeniyle topluma uyumlu bir şekilde yaşamaları gerekmektedir. Bireyler bu uyumu yakaladığı sürece mutluluğu hissetmektedir. İnsanlar, sosyal varlıklar olması yönüyle kişiler arası ilişkileri gelişmiş uyumla birlikte var olan arkadaşlık, evlilik gibi ilişkileri sürdürebilmektedir. Sosyal hayatın içinde var olan evlilik, kişilerin uyum içinde olması beklenen bir ilişki türüdür. Duygusal, ruhsal ve cinsel ilişkileri içeren evlilikte uyumun var olması, ruhsal ve fiziksel olarak rahat olmanın temelini sağlayan önemli bir unsur olarak belirtilmektedir (Kalkan, 2002).

Evlilik ilişkisinde, eşlerin birbirine karşı verici olması gerekmektedir. Çiftler ortak bir hayat kurduktan sonra, diğerini kendisinden daha çok düşünmeye başlamaktadır. İlişkide ihtiyaçlar kişiden kişiye değişirken, öncelikli olan durumlar da değişkenlik göstermektedir. Eşler, birbirinin ihtiyaçlarını karşılamada anlayış içerisinde olabildiğinde evliliğin denge ve uyum içinde yürütmeleri daha mümkün olmaktadır (Özgüven, 2000).

Aynı zamanda toplumsal hayatta meydana gelen değişimler, sosyal hayatın hızlılığı, ekonomi ve kültürel farklılıklar evlilik ilişkilerine de yansımaktadır. Evlilik ilişkilerinde yaşanan sorunlar, günümüz şartlarına göre farklılaşmakta; böylece çiftlerin olası sorunları da artmaktadır (Şener ve Terzioğlu, 2008).

Sağlıklı ve mutlu bir evliliğin olabilmemesinin, evlilikte uyum ile olabileceği belirtilmektedir (Kublay ve Oktan, 2015). Sağlıklı bir evlilik ortamı, eşlerin uyum içinde olmasıyla mümkün olmaktadır. Bu uyum ise eşlerin birbiriyle iletişim içinde olmaları,

alınması gereken kararların ortaklaşa alınması, bir problem yaşadıklarında çözümci yaklaşım içinde bulunmalarıyla mümkün olmaktadır (Erbek ve diğerleri, 2005).

Fıfıloğlu (1992), ilişkinin devamlılığı açısından uyumun oldukça önemli olduğunu belirtmektedir. Evlilik uyumu, ilişkinin nasıl olduğunu belirlemekte ve bu nedenle evlilik uyumunun olması, evliliğin niteliği ve sürdürebilirliği olarak ifade edilmektedir.

Evlilik ilişkisi, iletişim becerilerinin ve etkileşimlerinin aktif olduğu bir yapıdır. Mutlu bir evlilik için bireyler; demografik özellikleri, iletişim tarzları, değer ve yargıları, karar verme biçimleri, aileyle ilişkileri ve boş zamanları değerlendirme konularında benzerlik ve uyum içinde olmaları gerekmektedir (Şener, 2002). Evlilik, aile içi ve aile dışı bir etmendir. Evlilik araştırmalarında, aile kurumunu etkileyen unsurlara bakıldığında en çok üzerinde durulan etkenlerden birinin de evlilik uyumu olduğu görülmektedir (Fıfıloğlu, 1992).

Çiftler arasındaki uyumun incelenmesi, son yıllarda çok fazla araştırmaya konu olmuştur. Bu araştırmaların bazıları, çift arasındaki uyumun psikolojik, sosyal, benlik algısı, akademik hayatın nasıl etkilediği yönündeki araştırmalardır. Çiftler arasındaki uyum araştırmalarında, araştırmalar arasındaki fikir ayrılıkları, farklı incelemelerin ortaya çıkmasına neden olmuştur. Evlilikte uyumu inceleyen bazı çalışmalar, eşlerin evliliklerinde bireysel olarak ulaştıkları doyum ve mutluluğa odaklanmaktadır. Bazı çalışmalar ise uyumu, çiftin ortak özellikleri olarak değerlendirmektedir (Yılmaz, 2001). Çiftler arasındaki uyum evliliği tamamıyla etkileyen bir etmendir. Bir evliliği mutlu veya mutsuz yapan eşlerin birbiriyle ne kadar yaşamayı sağladığı, ekonomik, kültürel, sosyal, kişisel etmenler arasındaki dengeyi sağlamış olmalarına bağlı olarak değişmektedir (Gülsün ve diğerleri, 2009; Yüksel, 2013).

Evlilikteki uyum, kişilerin sağlıklı bir psikolojide olabilmeleri için önemli bir unsurdur. Bedensel, ruhsal, sosyal ve duygusal durumları içeren evlilikte, uyumun olması çiftleri ve aileleri de ruhsal ve bedensel olarak önemli derecede etkilemektedir (Duman, 2012).

Karşılıklı etkileşim içinde olan, aileyi ve evliliği ilgilendiren konularda iş birliği içinde olabilen ve problemlerini olumlu şekilde çözüme ulaştıran çiftlerin evliliği, uyumlu bir evlilik olarak belirtilmektedir. Bu sebeple evlilik uyumu, karşılıklı uyum içinde olabilmek, evlilikten doyum alabilmek ve karşılıklı beklenti ve isteklerin gerçekleşmesiyle mümkün olmaktadır. Günümüzde evlilik uyumu, doyum ve kalitesiyle ilgili yapılan araştırmalara ilgi artmaktadır (Erbek ve diğerleri, 2005).

Birçok konu ve anlamı barındıran evlilik uyumu, evlilik içinde görüş birliği yapabilen, yaşanan çatışmalı durumlarda uzlaşmacı olabilen ve birbirleriyle iletişim içinde olan çiftlerin evliliği, uyumlu evlilik olarak nitelendirilebilir. Evlilik uyumu, eşlerin mutluluk ve memnuniyeti olarak da tanımlanabilir. Fakat bu evlilik doyumunu ile karıştırılmaktadır. Evlilik doyumunu kişinin evliliklerinden ne kadar ihtiyaçlarını karşılayabildiğinin ifadesi iken; uyumlu evlilik, evlilik ilişkisi için genel bir kavramdır ve evliliğin niteliğini belirtmektedir (Akar, 2005).

İki farklı bireyin bir bütün olması, sağlam temelli ve mutlu bir evliliğin olmasını sağlamaktadır. Böyle bir durumun gerçekleşmesi “bütüncül uyum” olarak tanımlanmaktadır. Bütüncül uyum; eşlerin birbiriyle olan çeşitli iletişim ve etkileşimleri uyum içinde olması durumu olarak belirtilmiştir. Bu uyum çeşitleri;

- Kişiler arası ilişki tarzlarında uyum,
- Ruhsal hallerde uyum,
- Sosyal hayatta uyum,
- Çiftlerin birbirine karşı tutum ve davranışlarında uyum,
- Cinsel hayatlarındaki uyum’dur.

Eşlerin günlük hayatlarında bu çeşitli uyum türlerinde uyumlu olmasıyla birlikte, “ben”, “sen” yerine “biz” oluşabiliyorsa çiftlerde bütüncül uyum olmaktadır (Özügür, 1985).

Haley (1988)’e göre, evlilik uyumu; evliliğin yapmak zorunda olduğu ve isteyerek yaptığı durumların bir dengede olmasıdır.

Sabatelli (1988) ise evlilik uyumunu, eşlerin sağlıklı iletişim içinde olabilmeleri ve uyumsuzlukların fazla olmadığı ve eşlerin sorunlarını iki taraf içinde uygun olacak şekilde çözdüğü bir evlilik türü olarak ifade etmektedir (Aktaş, 2009).

Spanier (1976), eşler arası anlaşmazlıklara neden olan durumların, kişiler arası gerginlik ve kişilerin kaygıları, eşlerin birbirinden aldığı tatmin, birbirine bağlılık dereceleri, ev işi paylaşımları ve düşüncelerin birlikteliği uyumlu evliliği belirleyen faktörler için önemli olmaktadır (akt; Aktaş, 2009).

Uyumlu evlilikte kişiler, birbirlerine karşı yapması gereken sorumlulukların bilincindedir ve her konuda birbirlerini desteklemektedir. Birlikte zaman geçirmek istemekte, iletişim içinde kendilerini ifade edebilmekte ve zor durumda birbirlerine destek olabilmektedir (Çelik ve Tümkeya, 2012).

Locke (1968) uyumlu evliliği; çiftlerin birbirine ve evliliğine bütün olarak bakabilen, aralarındaki farklılıkları kabul eden, sorun ve anlaşmazlıklarda her ikisinin de hoşnut olacağı şekilde çözümlenmesini sağlayan ve evlilikten alınan doyum ve mutluluk şeklinde ifade etmektedir.

Kastro (1998), evliliğin niteliğiyle ilgili yapılan çalışmalarda, evlilikte mutluluğa, doyuma, kaliteye ve tatmine bakıldığında bu kavramların, farklı kavramlar olduğu ortaya çıkıncaya kadar evlilik uyumu ile ilgili çalışmalarda kullanıldığını savunmaktadır (akt: Çakır, 2008). Literatürde evlilik uyumu; evlilik doyumu ve evlilikte mutluluk gibi kavramlar için kullanılmış fakat sonrasında aralarındaki farklar belirlenip bu kavramların ayrı şeyler olduğu ifade edilmiştir (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Evlilik uyumu ve evlilik doyumu arasındaki bağlantı yüksek bulunmuştur. Araştırmacılar bu konuda ikiye ayrılmıştır. Bu iki kavramın aynı şeyleri ifade ettiğini söyleyen araştırmacılar, evlilik doyumu yüksek olan çiftlerin evlilik uyumlarının da yüksek olduğunu belirtmektedir. Fakat bu iki kavramın aynı olmadığını söyleyen araştırmacılar da bulunmaktadır. Evlilik uyumu tanımlarından bir diğeri; uyumlu çiftlerin evlilikten aldıkları memnuniyet ve mutluluk olarak ifade edilmektedir. Evlilik uyumu ile evlilik doyumunun karşılaştırılma sebebi de bu kısımdır. Evlilik uyumu, evliliğin niteliklerini bir ön koşul olarak almış olmasıyla evlilik

doyumundan ayrılmaktadır. Bu nedenle eşlerin birbirleriyle olan ilişkilerini devam ettirebilme gücü ve evlilik dönemlerinde yaşadıkları durumlara yaklaşım biçimleri, evlilik uyumu için oldukça önemli olduğu belirtilmektedir (Akar, 2005; Tuzcu, 2017). Spanier ve Lewis (1998), evlilik doyumunu; kişinin evliliğinde ihtiyaçlarının ne kadarının karşılandığına dair oluşturduğu algı olduğunu belirtmektedir. Evlilik doyumunu evlilik için oldukça önemli bir etken olduğu halde, evliliğin devam edip etmeyeceği tek bu etkene bağlı bulunmamaktadır (akt: Çakır, 2008). Evlilikte mutluluğun önemi ise; kişinin evlilikten aldığı doyumdur. Bireyin genel olarak evlilikte görüşü ve ilişkisinde belirleyici yönlerini ortaya çıkarmaktadır (Çakır, 2008). Evlilik uyumu ise daha kapsamlı şekilde, evlilikte doyum ve mutluluğu da içerisine alarak çiftin evlilikteki başarısını ve işlevsellik durumunu belirten genel bir terimi ifade etmektedir (Kalkan, 2002). Evlilikte mutluluk ve doyum, insanların yaşamlarında uyumlu evliliğin etkilerine göre değişen çok önemli bir etkidir (Sardoğan ve Karahan, 2005).

1.3.2. Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler

Evlilik uyumuna ilişkin tanımlardan yola çıkarak evliliğin uyumlu olabilmesi için evliliğin adaptasyonlarını tanımlamaları gereklidir. Fakat zaman zaman karşılıklı tartışmalar yaşanabilmekte, bu durumda eşlerin bu tartışmayı tolere edebilmeleri uyumlu olduklarını göstermektedir. Evlilik uyumu, birçok unsurun birlikte olmasıyla ortaya çıkmaktadır (Gürsoy, 2004).

Uyumlu evliliğin niteliği; karşılıklı iletişim biçimleri, kendileriyle ilgili konularda fikir birliği yapabilen, evliliğin yüklemiş olduğu sorumlulukların bilincinde olan ve oluşabilecek herhangi bir sorun karşısında çözümci yaklaşabilme olarak ifade edilmektedir (Kışlak ve Çabukça, 2002).

Özügurlu (2013), “Evlilik Raporu” isimli araştırmasında çiftlerin uyumlu birlikteliği sürdürmelerinde birbirine karşı tutum ve davranışları ve iletişim şekilleriyle alakalı olduğunu belirtmiş ve bu iletişim türlerini incelemiştir. Bunlar;

- Çiftlerin insan ilişkileriyle uyumlu olup olmadıkları,
- Çiftlerin toplum içinde birlikte uyumlu olup olmadıkları,

- Çiftlerin bireysel varlığını önemseyip önemsemediği,
- Eşlerin birbirine ihtiyacı olduğunda bu ihtiyaçların giderilmesinde uyumlu olup olmadıkları,
- Çiftlerin cinsel ilişkilerinde doyum alıp almaması.

Evlilik uyumunu etkileyen temel etmenlerin neler olduğunu belirlenmiş olması, günümüzde oldukça yüksek olan boşanmalar için oldukça fazla önem arz etmektedir (Güngör ve İlhan, 2008).

Fışıloğlu (1992) uyumlu evliliği, kişilerin evlilik hayatlarının iyi veya kötü olması yönündeki aktif süreç olarak ifade etmektedir. Fışıloğlu ve Demir (2000), evlilik uyumundaki iki bağlayıcı unsurdan bahsetmiştir. İlk olarak mutlu ve başarılı bir evlilikle ilintili olarak, kişilerin paylaşımlarının ve sorunlarının birleşimi, ikinci olarak evlilik sürecinde ortaya çıkan problemleri çözme yeterlilikleri veya uyumluluk dereceleri olarak ifade etmektedir (Akt: Aktaş, 2009).

Evlilik uyumunda belirleyici olan birçok etmen bulunmaktadır. Gelenek, görenek ve yasalar bunların temelinde bulunmaktadır. Evlilik ilişkisinin nasıl olduğunu belirlemek için çok fazla araştırmada, yoğunluklu olarak eşlerin tecrübeleri ve sorunları ön planda tutulmuştur. Evlilik hazırlığında çiftlerin sorun yaşayıp yaşamadığı, önemli bir belirleyici olmaktadır. Eşlerin karşılıklı beklentilerini anlayıp bunları karşılayıp karşılayamadığı, evlilik öncesinde hayal edilen ve gerçekleşen durumlarla birlikte evlilik sonrasında değişen davranış biçimi ve bunlardan nasıl etkilendiği yönünde etkenler, evlilik uyumunu tanımlamada belirleyici etkenlerdir (Aktaş, 2009).

Terman (1938), uyumlu evliliği etkileyebilecek etmenleri şu şekilde tanımlamıştır;

- Eşler arasında düşünce birliği,
- Anlaşmazlıkları çözümlmek için kullanılan yöntemler,
- Evli olmaktan duyulan hoşnutluk/pişmanlık,
- Evliliği devam ettirme/ boşanma düşünülmesi,
- Eşe karşı sıkıntıların ifade ediliş şekli,

- Eşlerin evlilik doyumunda belirleyici unsurları (akt: Çakır, 2008).

Bireylerin kişisel hayat doyumlarında, evlilik uyumu önemli bir etkidir. Evlilik ilişkisinin olumlu ve olumsuz işlevleri, kişinin günlük hayatını etkilemektedir. Bu nedenle yapılan araştırmalar sağlıklı evliliklerin kişinin hayat doyumunu pozitif yönde etkileyen bir etmen olduğunu belirtmektedir (Tomrukçu, 2010).

Evlilikte güven duygusunun olması, bireylerin mutlu olmasında ve daha uzun hayatlarının olmasında etkilidir (Tarhan, 2014). Başarılı bir evlilik hayatı, kişinin hayatının birçok alanına etki etmektedir. Araştırma yapılan kişilerde, evlilik uyumunun yaşam doyumunu, fiziksel ve ruhsal sağlığını pozitif yönde etkilediği görülmüştür (Ekşi ve Karaman, 2012).

Evlilik uyumunu etkileyen unsurlarda, ebeveyn evliliğinin mutluluk derecesi, evlilik öncesi tanışıklık süreleri, evliliğin aile ve arkadaşlar tarafından kabul görme derecesi, cinsiyete bağlı yetiştirme tarzları, evliliğin ilk zamanlarında uyum sağlama, kültürel ve dini birliktelik, eğitim düzeyi, evlenilen yaş gibi faktörler bulunmaktadır (Özgüven, 2001).

Evlilik uyumunu etkileyen bir diğer etken ise eşlerin evlenmeden önceki hayatlarındaki aile yapısı ve aileyle ilişkisidir. Bireyler, kendi ailelerinde ilişki tutumları ve davranışları nasılsa evlilik hayatlarında da bildikleri hayat düzenini devam ettirmek istemektedir (Kavuncu, 2006).

Başka bir faktör ise kişilerin kendilerini ifade edişleri ve dışa aktarma düzeyleridir. Dışa aktarma düzeyi yakın olan çiftler, evlilik doyumlarından memnun olmaktadır (Polat, 2006).

Kişilerin durumlara olumlu yaklaşımı, tartışmacı yapıdansa uzlaşıcı tutum sergilemek ve empati davranışlarında olmak evlilik uyumunu etkileyen başka bir faktördür. Uyumlu bir evlilik için ön şartlardan bir başkası da doğru iletişim biçimidir. Eşlerin duygularını birbirine açık bir şekilde açmaları, fikir birliği yapmaları çiftlerin uyumunu etkilemektedir (Ersanlı ve Kalkan, 2008). Aynı zamanda evlilik içinde alınması gereken sorumlulukların belirlenmiş olması ve iş paylaşımının olması eşler arası uyumda etkilidir

(Ateş ve diğerleri, 2004). Yapılan araştırmalar, evlilik içinde yaşanan sorunların ve mutsuzluğun eşlere ve çocuklara olumsuzluk yüklediğini belirtmektedir (Tutarel ve Kışlak, 1997).

Bununla birlikte, eşler birbirleriyle mutlu olsalar bile her evliliğin bazı zorunlulukları, örf ve adet anlayışı ve yasal zorunlulukları bulunmaktadır. Evliliğin tamamıyla zorunlu veya gönüllü bir hale dönüşmüş olması, evlilik uyumunun bozulmasına neden olmaktadır. Zorunlu evliliğe dönüşen ilişkilerde eşler, iyi görünmeye çalışsa da bireyler evliliklerini, tahammül ederek yürütmeye çalışmaktadır (Haley, 1988).

Birlikte uyumlu olduklarını düşünerek evlenen çiftlerde, ilişkilerindeki mutluluk ve doyum bireylerin psikolojik durumlarına olumlu yönde etki etmektedir. Ayrıca zor hayat şartları içerisinde psikolojik sağlığın korunmasında yardımcı olmaktadır. Evlilik uyumunun bozulduğu durumlarda kişiler için veya varsa çocuklar için yaşanan durumlar yıkıcı olmakta ve mutsuz evlilik algısı ortaya çıkmaktadır (Sardoğan ve Karahan, 2005).

Evliliğin kişilerin gereksinimlerini ve isteklerini karşılamaması, eşler arasındaki etkileşimin, hoşgörünün, empatinin ve sosyal ilişkilerinin bozulmasına neden olmaktadır. Bu durum, eşler arasında ilişki doyumunu azaltarak boşanmaya kadar gidebilmektedir (Özgüven, 2000).

Spanier (1976) ise, uyumlu evlilik sürecini şu faktörlere göre sıralamıştır;

- Eşler arasında problem olan farklılıklar,
- Kişiler arası gerginlik ve kişisel kaygı,
- Çift doyum,
- Çift beraberliği,
- Çiftlerin uyumluluğu için önemli olan konularda fikir birliği (Akt: Çakır, 2008).

Spanier (1976) uyumlu evliliği, çiftlerin günlük hayatta ve değişen hayat şartlarına uyumlu olabilmeleri ve belirli bir zaman zarfında birbirine göre değişimleri olarak ifade etmektedir (akt: Akbaş; 2009).

Akar (2005), uyumlu evlilikte “evlilikte üçgen modelinin” üç özelliğine bakmaktadır.

- Kişisel Özellikler; problemlerle baş edebilme zorluğu çekme, zararlı düşünceler, aşırı tepki, öfke, saldırganlık, tedavi edilmemiş depresyon, utangaçlık, pozitiflik, dışadönüklük, sevgi.
- Çift Özellikleri; iletişim becerisi, sorun çözme becerileri, uzlaşma, kontrolcülük, pozitif özellikler, olumsuz ilişki tarzları.
- Toplumsal Etmenler; aile yapısının etkileri, ailesel süreçlerin etkisi, aileden bağımsız hayat, ebeveyn evliliği, sosyal destek, iş stresi, anne baba olma stresi gibi.

Tarhan (2015)’a göre evliliğin üç dönemi bulunmaktadır. Bunlar; romantik duygular dönemi, çatışma dönemi ve bağlılık dönemidir. Romantik dönem, evliliğin ilk başlarında yaşanan dönemdir. Çatışma dönemi, eşler arası görüş ayrılığı olması sebebiyle çatışma yaşandığı dönemdir. Eşlerin bu dönemi uzlaşıcı bir şekilde çözüme kavuşturmaları sonucunda bağlılık dönemine geçilir. Bu dönemde aşk, sevgi, arkadaşlık ve saygı duygularının hepsinin olduğu dönemdir.

1.4. Kişiler Arası İlişkiler

İnsan, toplum içinde yaşadığı için kişiler arası ilişkiler yaşamının bir parçasıdır. İnsanların birbiriyle kurduğu iletişim şekilleri ve etkileşimleri kişiler arası ilişkileri oluşturmaktadır. Her kişinin ruhsal ve fiziksel gereksinimleri vardır ve bu gereksinimler kişiler arası ilişkilerle karşılanmaktadır. Kişiler, anlaşılabilirlik ve anlamak için diğer kişilerle iletişim halindedirler. Toplumsal hayata uyum sağlayabilmek için gerekli olan iletişim, kişiler arası ilişkilerin gelişebilmesi için ana etmendir (Erözkan, 2009).

Cüceloğlu (2000), ilişki içinde olmayan insanın var olamayacağını belirtmektedir. Kişiler duygu, düşüncelerini ve ne istediklerini çeşitli iletişim tarzlarıyla gösterebilmektedir. İnsanlar doğası gereği sosyaldır ve bu sebeple kendini anlama, kişilik gelişimi, başkalarıyla paylaşımda bulunma, tanışma ve iş birliği içinde olma gibi durumda bulunmaktadır (Çelik Karabacak ve Topkaya, 2018). Aile etkisi, alınan eğitim ve toplumsal

kültürden etkilenecek kişiliği şekillenen birey, diğer insanlarla devamlı olarak iletişim içindedir (Bozgeyikli, 2001).

Bundan dolayı, insanların başkalarıyla iletişim ve etkileşiminin olmadığı bir hayat mümkün görülmemektedir. Sosyal psikoloji alanında yapılan araştırmalarda, bireylerin çeşitli ihtiyaçlarını karşılamak için iletişim kurmaları gerekmektedir. Bu çeşitli nedenler; ait hissetme, sevgi ihtiyacı, yalnızlık korkusu ve sosyalleşme ihtiyaçları olabilmektedir (Erözkan, 2009; Doğan ve Sapmaz, 2012).

Kişiler arası ilişkiler insanlar için çok önemlidir. Bireyler günlük hayatta türlü ilişkiler kurmakta ve bu ilişkiler kişilerin yaşam doyumlarını etkilemektedir. Kişiler arası ilişkilerin başlatılması, devam ettirilmesi, ilişkinin algılanış biçimi ve yorumlanması önemlidir. Çünkü ilişkinin algılanış biçimi, kişinin ilişkiye yüklediği anlamlarda kişinin davranışları belirleyici bir etkidir. Kişiler arası ilişkiler, bundan dolayı yaşamın birçok alanından olumlu veya olumsuz etkilenebilmektedir (Erözkan, 2009).

Plutchik (1997) kişiler arası ilişkiyi, başka kişilerle yaşanan duygu, düşünce ve davranışlar olarak tanımlamakta ve iletişimle birlikte ele almaktadır (akt: İmamoğlu, 2008).

İmamoğlu (2008)'na göre kişiler arası ilişki, en az iki kişi arasında oluşan farklı gereksinimleri olabilen ve yoğunluk düzeyleri değişken olabilen, karşılıklı duygusal ve davranışsal etkileşimin olduğu bir kavramdır. Kişilerarası ilişki, kişilerin etkileşiminden oluşmaktadır. Kişilerarası ilişkiler, iki kişi ya da fazlasıyla olan, karşılıklı tanımayla ilerleyen ve yakınlık düzeyinde değişkenlik gösteren ilişkilerdir (Hasta ve Güler, 2013).

Kurulan ilişkiler, kişilerin hayatını her alanda ve yaşam boyunca etkilemeye devam etmektedir. Kurulan ilişkilerin niteliği ve kalitesi iletişim için önemli bir faktördür. Kişiler arası ilişkiler duygu, düşünce ve davranışa etki ettiği için iletişim biçimi çok önemlidir (Göçener, 2010). İmamoğlu (2008), sağlıklı ilişki kurabilmek için kişinin kendisine pozitif bakabilmesi, başkalarına güvenebilmesi ve anlayış gösterebilmesi gerektiğini savunmaktadır. Kişiler arası iletişimin ilk koşulu, kişinin kendisiyle olan iletişiminin nasıl olduğunun önemli olduğunu bilmektir (Güney, 2000).

Kişiler arası iletişim biçiminin ana özelliği karşılıklı olmasıdır. Karşılıklı olması, bireylerin birbirinden haberdar olabilmesi ve mesajlarını, düşüncelerini karşı tarafa iletebilmesidir (Kaya, 2018). Kişiler arası ilişkinin akışına bakıldığında, ilk olarak göz teması kurmak gerekmektedir. Göz teması, etkileşimin başlaması ve algılamayı geliştirmektedir. Bunun sonucunda, bireyler birbirinden hoşlanmazsa iletişim kopmaktadır. Aksi durumda ise ikinci olarak ilgi ve alakanın olduğu aşama başlamaktadır. Kişiler iletişimde oldukları kişiyi tanımaya ve kendileriyle ilgili paylaşımlarda bulunmaya çalışmaktadır. Üçüncü olarak yakın ilişki aşamasıdır. İlişkinin süreğenliğinden sonra ilişkide yakınlaşma olur ve tanıma süreci ilişkiye dönüşmektedir. Son aşama ise; daha köklü paylaşımlarda bulunmakta ya da hiç paylaşım olmamaktadır. Bu aşama, ilişkideki doyuma bağlı olarak değişkenlik göstermektedir (Çatalkaya, 2018).

Sağlıklı ilişkinin varlığı, sağlıklı bir iletişimle beraber gelmektedir. Sağlıklı ilişki ise karşılıklı paylaşımda bulunmakla, anlamakla, sevgi ve saygı alışverişi ile gerçekleşmektedir (Eryılmaz, 2014).

Hoxha (2011), kişiler arası ilişkilerin kişisel ve çevresel faktörlerden etkilendiğini ifade etmiştir.

1.4.1. Kişiler Arası İlişki Tarzları

Kiesler (1983), ilişkinin içindeyken kişilerin birbirine etki etmesinin yanı sıra kendilerine de etki ettiğini vurgulamaktadır. İlişki başlangıcı, gelişimi, devam ettirmesi ve kişilerin ilişkiyi algılayış biçimleri ilişki doyumunda etkilidir. Kişiler arası ilişki tarzı, kişinin bir olay karşısında davranış ve tutumundan farklı olarak yaşanan duruma verdiği tepkiler ve kişilik örüntüsünden oluşmaktadır. Kişinin ilişki tarzı, kişiler arası ilişki tarzında aktif bir belirleyicidir (akt: Kırıt, 2017). Kişiler arası ilişki tarzları, ilişkilerde belirleyici olmaktadır. Yakın ilişkilerde kişinin kendisine dair düşünceleri, kişiler arası ilişkinin yapısını belirlemektedir. Kişiler arası ilişkide iyi olmayan kişiler, kendilerine ve başkalarına yönelik olumsuz düşünceler içinde bulunmaktadır. Bu kişiler, kendilerini sosyal hayatlarında başarısız görmekte, başkaları tarafından onaylanmama ve karşı cins tarafından da beğenilmeme düşüncesine sahip olmaktadır. Bu nedenle kişiler arası ilişkilerde iyi

olmadığını düşünen bireylerin, olumsuz algıları bulunmaktadır (Erözkan, 2009). Kişiler arası ilişkilerde sağlanan doyum, kişinin hayatındaki başka alanları da etkilemektedir.

Akdağ (2003)'a göre kişiler arası ilişkiler ve ilişki tarzları kişiye göre değişkenlik göstermektedir. Kişiler arası ilişkiyi etkileyen birçok değişken vardır. Fakat bu değişkenlerden en çok belirleyici olan kişinin kendisidir. Kişi içinde bulunduğu durumda veya hangi durumda huzurlu olabileceğini belirleyerek davranışlarını yönlendirebilmektedir. Kişinin amacı, davranışların sosyalleşmeye uygun veya uygun olmadığını kendisinin onaylamasıdır (akt: Kırıt, 2017).

Kişiler arası ilişki tarzının değişik türleri vardır. Bunlar; baskın, kaçınan, öfkeli, duygudan kaçınan, manipülatif, küçümseyici tarz olarak sınıflandırılmaktadır. Bununla beraber besleyici ve ketleyici şeklinde de sınıflandırma yapılmaktadır.

Besleyici ilişki tarzı, kişilerin yaşamlarını düzenleyen ve doyurucu tarzdaki ilişkileri barındırmaktadır. Ketleyici ilişki tarzı ise kişinin hayatında yıkıcı bir gücü olan kişiler arası ilişki olarak belirtilmektedir. Besleyici ilişki tarzında, duyguların ifade edilişi açıktır. Kabul görülür, saygılı ve yapıcı ilişki tarzındadır. Ketleyici ilişki tarzında ise kişiler birbirine yıkıcı bir şekilde davranmakta, kendini üstün görme ve küçümseme eğilimi bulunmaktadır. İlişki tarzları kişinin hayatını kolaylaştırabildiği gibi sıkıntılara da neden olabilmektedir (İşler, 2018; akt: Yurtsever, 2020).

Besleyici ilişki tarzına sahip olan kişilerde duygu ve düşünceler, birbirine açık bir şekilde ifade edilebilmektedir. Bu ilişki tarzına sahip kişilerde, empatik yaklaşım anlayışı hâkimdir. Bu şekilde sağlıklı iletişim şekilleri bulunmaktadır. Besleyici ilişki tarzı, kişilerin hayatlarını olumlu etkilemektedir (Greenwald,1999; akt: Ustabaşı, 2019).

Ketleyici ilişki tarzında olan kişiler, ilişkilerde doğal ve açık olamamaktadır. Sağlıksız bir iletişim halindedir. Bu ilişki tarzlarında çatışma çok fazladır. Ketleyici ilişki tarzına sahip kişiler, ilişkilerinde küçümseyici ve kendini üstün görür bir tavır içinde olmaktadır (Greenwald,1999; akt: Ustabaşı, 2019). Bu ilişki tarzında olan kişilerin, ilişkiden kurtulmak istemediği görülmektedir (Doğan, 2012). Ketleyici ilişki tarzı, topluma uyum sağlamaya ve olumlu etkileşimde bulunmaya engel olmaktadır (Aydın, 1996; akt: Şen, 2020).

1.4.2. Kişiler Arası İlişkiyi Etkileyen Faktörler

İletişimin başlaması ve devamlılığı için iletişimi etkileyen etmenler vardır. Kişinin benliği ve benlik saygısı, kişiler arası ilişkilerde en önemli etkenlerdendir. Kişinin kendine ait kimliği ile ilgili düşünceleri benlik kavramını şekillendirmektedir. Benlik saygısı ise kişinin kendisine duyduğu değerdir ve bu değer ne derecede olduğu önemlidir (Karadağ ve diğerleri, 2008).

Kişiler arası ilişkileri etkileyen başka bir etken ise bağımlılıktır. Hirschfeld ve diğerlerine (1976) göre bağımlılık, kişinin değer verdiği ilişkilerde iletişim, samimiyet ve güven sonucunda oluşan duygu ve düşüncelerdir (akt: Yurtsever, 2020). Duygu ve düşünceler kişilik yapısının etmenleridir (Ulusoy ve Durmuş, 2011; akt: Yurtsever, 2020).

Başka bir etken ise güvenli davranış biçimidir. Kişinin karşısındaki kişiye açık olması, önemsemesi ve dikkate almasıdır. Kişinin karşısındaki kişiye saygılı olması, benliğini yapıcı olması, kendisinin ve başkalarının haklarına saygı göstermesini bekleyen ve sağlıklı iletişim içerisinde olmak güvenli davranışı ifade etmektedir. Farkındalığı olan kişiler ilişkileri sağlıklı bir şekilde yürütebilmekte ve gerçekçi uzlaşmacı yollar aramaktadır (Minibaş, 2017).

BÖLÜM 2: YÖNTEM

Araştırmada erken dönem uyumsuz şemalar, evlilik uyumu ve kişiler arası ilişkisinin incelenmesi amacıyla ilişkisel tarama modeli kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli; birden çok değişken arasındaki ilişki düzeyinin değişkenlere herhangi bir müdahale olmadan incelendiği bir modeldir (Büyüköztürk ve diğ., 2020). Bu bölümde örneklem, veri toplama araçları ve verilerin analizi başlıkları yer almaktadır.

2.1. Örneklem

Araştırmanın evreni evli bireylerden oluşmaktadır. Araştırmada veri toplama araçları öncelikle 430 kişi tarafından doldurulmuştur. 18 yaşından küçük yaşta evlenmiş olmaları sebebiyle 63 kişinin verileri araştırmaya dâhil edilmemiştir. Bu sebeple araştırmaya dâhil edilen geçerli örneklem 367 kişiden oluşmaktadır.

Araştırmada yer alan katılımcıların 249'u (%67.8) kadın, 118'i (%32.2) ise erkektir. Katılımcıların 16'sı (%4.4) ilköğretim, 100'ü (%27.2) lise, 194'ü (%52.9) lisans, 54'ü (%14.7) lisansüstü mezunu iken 3'ü (%0.8) ise okur-yazar değildir. Katılımcıların 155'i (%42.2) büyükşehirde yaşarken 200'ü (%54.5) küçük şehirde yaşamaktadır. Katılımcıların 6'sı (%1.6) düşük, 279'u (%76.0) orta düzey, 82'si (%22.3) ise yüksek gelir düzeyine sahiptir. 96 (%26.2) katılımcının bir, 117 (%31.9) katılımcının iki, 51 (%13.9) katılımcının üç ve daha fazla çocuğu bulunmaktayken 103 (%28.1) katılımcının ise çocuğu bulunmamaktadır.

2.2. Veri Toplama Araçları

Araştırmada veri toplama araçları olarak Kişisel Bilgi Formu, Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YSÖ-KF3), Evlilik Uyum Ölçeği (EUÖ), Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği (KİTO) kullanılmıştır.

2.2.1. Kişisel Bilgi Formu

Kişisel bilgi formu araştırmada katılımcılara ait demografik verileri elde etmek amacıyla hazırlanmıştır. Bu formda katılımcıların cinsiyet, evlenilen yaş, eğitim düzeyi, yaşanılan yer, evlilik süresi, evlilik öncesi tanışıklık süresi, gelir düzeyi ve çocuk sayıları

gibi bilgilerinin elde edildiği sorular yer almaktadır. Kişisel Bilgi Formu Ek 1’de verilmiştir.

2.2.2. Young Şema Ölçeği Kısa Form-3

Erken dönem yaşantılarında oluşan uyumsuz şemaların tanımlanabilmesi amacıyla Young ve diğerleri (1990) tarafından geliştirilmiştir. İlk olarak 16 şema, 205 maddeden oluşan ölçeğin uzun olması sebebiyle ölçek 15 şema, 75 maddeden oluşan kısa forma dönüştürülmüştür (Young, 1990). Daha sonra ölçeğe “*Onay Arayıcılık, Cezalandırıcılık, Karamsarlık*” şema alanlarının da eklenmesiyle ölçek 18 şema 90 maddeden oluşan son halini almıştır (Young, 1999). Soygüt ve diğerleri (2009) tarafından Türk kültürüne uyarlaması yapılan “*Young Şema Ölçeği Kısa Form-3*” ölçeği beş temel şema alanı ve 14 alt boyuttan oluşmaktadır. Ölçeğin birinci temel şema alanı olan kopukluk; “duygusal yoksunluk”, “duyguları bastırma”, “sosyal izolasyon/güvensizlik” ve “kusurluluk”, ikinci temel şema alanı olan zedelenmiş otonomi; “iç içi geçme/bağımlılık”, “terk edilme”, “başarısızlık”, “karamsarlık” ve “tehditler karşısında dayanıksızlık”, üçüncü temel şema alanı zedelenmiş sınırlar, “ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim”, dördüncü temel şema alanı yüksek standartlar ve bastırılmışlık, “yüksek standartlar” ve “onay arayıcılık”, beşinci şema alanı olan diğerleri yönelimlilik, “kendini feda” ve “cezalandırıcılık” uyumsuz şemalarından oluşmaktadır. 6’lı likert tipindeki ölçeğin puanlanması 1= Benim için tamamıyla yanlış, 2= Benim için büyük ölçüde yanlış, 3 = Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla, 4 = Benim için orta derecede doğru, 5 = Benim için çoğunlukla doğru, 6 = Beni mükemmel şekilde tanımlıyor şeklindedir. Ölçek puanının yüksek olması erken dönem uyumsuz şemaların var olduğunu ve şiddetinin fazla olduğunu göstermektedir. Ölçeğin şemalar için Cronbach’s alpfa güvenirlik katsayıları, .63-.80, şema alanları içinse, .53-.81 olarak ifade edilmiştir (Soygüt ve diğerleri, 2009). Bu çalışma kapsamında Cronbach’s alpfa güvenirlik katsayısı alt boyutlar için .70 ile .92 arasında değişim göstermektedir.

Ek 4’te verilen YŞÖ-KF-3 ölçeğinde yer alan erken dönem uyumsuz şemaların maddeleri ise; “duygusal yoksunluk” (1, 19, 37, 55, 73), “duyguları bastırma” (12, 30, 48, 66, 84), “sosyal izolasyon/güvensizlik” (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76), “kusurluluk” (23, 41, 43,

59, 77, 90), “iç içe geçme/ bağımlılık” (7, 9, 10, 25, 63, 64, 79, 81, 82), “terk edilme” (2, 20, 28, 38, 74), “başarısızlık” (6, 24, 33, 42, 60, 78), “karamsarlık” (8, 17, 26, 35, 80), “tehditler karşısında dayanıksızlık” (21, 39, 44, 62, 71), “ayrıcalıklılık/ yetersiz özdenetim” (15, 22, 32, 50, 51, 68, 69), “yüksek standartlar” (13, 14, 31), “onay arayıcılık” (16, 34, 52, 56, 70, 88), “kendini feda” (11, 29, 47, 65, 83) ve “cezalandırıcılık” (18, 49, 53, 54, 72, 89) olarak ifade edilebilir.

2.2.3. Evlilik Uyum Ölçeği

Araştırmada evliliğin niteliğini ve kalitesini ölçmek amacıyla Locke ve Wallace (1995) tarafından geliştirilen Tutarel –Kışlak (1999) tarafından Türk kültürüne uyarlaması yapılan “*Evlilik Uyum Ölçeği*” kullanılmıştır. EUÖ, evliliğin niteliğini, doyumunu ve çeşitli konuları; aile bütçesi, duyguların ifadesi, arkadaşlar, cinsellik, toplumsal kurallar, hayata bakış tarzları, anlaşma veya anlaşamama, ilişki tutumu, boş zaman etkinliği gibi durumları ölçmektedir. Ölçeğin puan aralığı 0-58’dir. EUÖ’nün 15 maddeden oluşması ve maddelerin ayrı olarak puanlanması karmaşık olmasına rağmen uygulaması basit ve kolaydır. Ölçeğin orijinal puanlaması karmaşık olması nedeniyle Hunt (1978) tarafından başka bir puanlama yöntemi geliştirilmiştir. Evlilikte uyum ölçeğinin kesme puanı 43.5’ tir. Kesme puanın üstünde puan alanların evliliklerinin uyumlu olduğu söylenebilmektedir.

2.2.4. Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği

Kişiler arası ilişki tarzının belirlenebilmesi amacıyla Şahin ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilen “*Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeği*” kullanılmıştır. 60 maddeden öz bildirim niteliğindeki ölçeğin orijinalinde altı faktör bulunmaktadır. Bunlar “baskın tarz”, “kaçınan tarz”, “öfkeli tarz”, “duygudan kaçınan/duyarsız tarz”, “manipülatif tarz” ve “küçümseyici/alaycı tarz” olarak sıralanabilir.

60 maddeden oluşan orijinal ölçek “Stres Management: A positive Strategy” video paket programı aracılığı ile 31 maddelik bir ölçeğe dönüştürülmüştür. Yeni oluşturulan ölçeğin “Besleyici tarz” ve “Ketleyici tarz” olmak üzere iki alt boyutu bulunmaktadır. Ölçek likert tipi ve 4’lü derecelendirme sistemine sahiptir. “Hiçbir zaman”: 0, “Bazen”: 1, “Sık sık”: 2, “Sürekli”: 3 şeklinde puanlanmıştır. KİTÖ’de her madde 0-3 puanlanarak 0-

93 puan aralığında değişmektedir. Ölçekten alınacak yüksek puan kişinin olumsuz kişiler arası iletişim tarzına sahip olduğu anlamına gelmektedir. Ölçeğin tümünün Cronbach's alpfa güvenirlik katsayı .79 olarak hesaplanmıştır. Besleyici tarz alt boyutunun Cronbach's alpfa güvenirlik katsayı değeri .82, ketleyici tarz alt boyutunun Cronbach's alpfa güvenirlik katsayı değeri ise .92 olduğu tespit edilmiştir. Ek 2'de verilen KİTÖ ölçeğinin tek sayılı olan maddeleri besleyici tarz alt boyutuna, çift sayılı maddeler ise ketleyici tarz alt boyutuna ait maddeleri içermektedir.

2.3. Verilerin Analizi

Betimsel verilerin analizinde standart sapma, ortalama, frekans ve yüzde değerleri uygulanmıştır. Verilerin normalliği çarpıklık ve basıklık değerleri ile bakılmıştır. Basıklık ve çarpıklık değerlerinin + 1,5 ve -1,5 arasında bulunduğu normal dağılımda olduğunu göstermektedir (Tabachnick ve Fidelly, 2013). Ölçekler arasındaki ilişkilerin bulunmasında Çoklu Doğrusal Regresyon Analizi ve Pearson Korelasyon Analizi kullanılmıştır. Gruplar arası farklarda ise ANOVA, Kruskal Wallis H testi ve Bağımsız Gruplar t-Testi testi uygulanmıştır. Varyansların benzer olmadığı durumlarda varyanslar benzer olmadığında uygulanan test istatistikleri kullanılmıştır. İkili karşılaştırmalarda ise Tamhane't2 testi ve Scheffe testi ve kullanılmıştır. Veriler SPSS 24 programı ile analiz edilmiştir.

BÖLÜM 3: BULGULAR

Bu bölümde araştırmadan elde edilen bulguların analizine yer verilmiştir. Tablo 1 'de kullanılan ölçekler ve alt boyutlarına ait Cronbach's alpfa güvenirlik katsayısı değerlerine ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Tablo 1: Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği İçin Cronbach's Alpfa Güvenirlik Analizi Sonuçları

Ölçekler	Cronbach's Alfa
Duygusal Yoksunluk	.839
Başarısızlık	.852
Karamsarlık	.775
Sosyal İz./Güvensizlik	.847
Duyguları Bastırma	.799
Onay Arama	.727
İç İçe Geçme/Bağımlılık	.864
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	.739
Kendini Feda	.759
Terk Edilme	.834
Cezalandırılma	.730
Kusurluluk	.870
Dayanıksızlık	.769
Yüksek Standartlar	.771
Besleyici Tarz	.828
Ketleyici Tarz	.922
Genel Uyum	.826
İlişki Tarzı	.789
Evlilikte Uyum Ölçeği Toplam	.891

Tablo 1 incelendiğinde Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği için Cronbach's Alpfa güvenirlik katsayısı .80 ile 1.00 arasında olduğu yüksek derecede güvenirliğe sahip olduğu söylenebilir (Büyüköztürk ve diğ., 2020).

3.1.Betitleyici Verilerin Analizi

Bu kısımda betitleyici veriler bulunmaktadır. Katılımcıların demografik özelliklerine yönelik frekans ve yüzde değerleri ile araştırmada uygulanan ölçekler için en büyük-en küçük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile standart sapma ve ortalama değerleri verilmiştir. Katılımcıların demografik verilerine ilişkin özellikler Tablo 2’de verilmiştir.

Tablo 2: Katılımcıların Demografik Özellikleri

Değişken	Gruplar	N	%
Cinsiyet	Kadın	249	67.8
	Erkek	118	32.2
	Toplam	367	100.0
Eğitim Durumu	Okur –Yazar	3	0.8
	İlköğretim	16	4.4
	Lise	100	27.2
	Lisans	194	52.9
	Lisansüstü	54	14.7
	Toplam	367	100.0
Yaşam Yeri	Büyükşehir	155	42.2
	Küçük Şehir	200	54.5
	Toplam	355	96.7
Gelir Düzeyi	Düşük	6	1.6
	Orta	279	76.0
	Yüksek	82	22.3
	Toplam	367	100.0
Çocuk Sayısı	Çocuk Yok	103	28.1
	Tek Çocuk	96	26.2
	İki Çocuk	117	31.9
	Üç Çocuk ve Üstü	51	13.9
	Toplam	367	100.0

Tablo 2'ye göre araştırmada, 249 (%67.8) kadın ve 118 (%32.2) erkek katılımcı bulunmaktadır. Katılımcılar eğitim durumuna göre, 3 (%0.8) okur-yazar, 16 (%4.4) ilköğretim, 100 (%27.2) lise, 194 (%52.9) lisansve 54 (%14.7) lisansüstü olarak dağılmıştır. 155 (%42.2) katılımcı büyükşehirde ve 200 (%54.5) katılımcı küçük şehirde yaşamaktadır. Düşük gelire sahip 6 (%1.6), orta düzey gelire sahip 279 (%76.0), yüksek düzey gelire sahip 82 (%22.3) katılımcı bulunmaktadır. 103 (%28.1) katılımcının çocuğu bulunmamakta, 96 (%26.2) katılımcının tek çocuğu, 117 (%31.9) katılımcının iki çocuğu ve 51 (%13.9) katılımcının üç ve daha fazla çocuğu bulunmaktadır. Katılımcıların evlilik yaşı, evlilik süresi ve evlilik öncesi tanışıklık süresine yönelik betimleyici istatistikler Tablo 3'te verilmiştir.

Tablo 3: Evlilik Yaşı (Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi (Ay) Tanışıklık Süresi İçin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	Ss
Evlilik Yaşı	18	44	25.55	04.21
Evlilik Süresi	4	444	115.78	110.89
Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi	0	264	32.81	03.07

Tablo 3 incelendiğinde evlilik yaşı için aralık 18-44 arasında, ortalama= 25.55 ve standart sapma= 4.21 olarak hesaplanmıştır. Evlilik süresi için aralık 4-444 arasında, ortalama= 115.78 ve standart sapma= 110.89 olarak hesaplanmıştır. Evlilik öncesi tanışıklık süresi için aralık 0-264 arasında, ortalama= 32.81 ve standart sapma= 32.07 olarak hesaplanmıştır. Young Şema Ölçeği için en büyük-en küçük değerler, çarpıklık-basıklık değerleri ile standart sapma ve ortalama değerleri Tablo 4'te bulunmaktadır.

Tablo 4: Young Şema Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Duygusal Yoksunluk	5	25	10.26	05.40	0.82	-.579
Başarısızlık	6	32	13.01	6.07	0.88	-.131
Karamsarlık	5	29	12.72	5.51	0.52	-.464
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	7	36	16.92	7.28	0.66	-.510
Duyguları Bastırma	5	27	11.84	5.50	0.67	-.501
Onay Arama	6	35	19.16	5.73	-.108	-.294
İç İçe Geçme/Bağımlılık	8	36	16.39	7.55	0.84	-.315
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	7	40	22.34	6.81	-.188	-.410
Kendini Feda	5	28	15.79	5.59	-.071	-.927
Terk Edilme	5	28	9.71	4.97	1.12	.346
Cezalandırılma	6	36	19.81	5.67	-.113	-.122
Kusurluluk	6	31	11.16	5.98	1.25	.573
Dayanıksızlık	5	24	11.99	5.17	0.42	-.871
Yüksek Standartlar	3	18	8.65	3.88	0.22	-.900
Kopukluk	23	108	50.18	21.65	0.84	-.450
Zedelenmiş Otonomi	29	125	63.81	25.52	0.68	-.634
Yüksek Standartlar	9	48	27.82	8.58	-.055	-.826
Zedelenmiş Sınırlar	7	40	22.34	6.81	-.188	-.410
Diğerleri Yönelimlilik	11	64	35.60	10.20	-.113	-.449

Tablo 4'te de görüldüğü gibi Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk alt boyutu için aralık 5-25 arasında, ortalama= 10.26 ve standart sapma= 5.40, çarpıklık= .827 ve basıklık= -.579 olarak hesaplanmıştır. Başarısızlık alt boyutu için aralık 6-32 arasında, ortalama= 13.01 ve standart sapma= 6.07, çarpıklık= .882 ve basıklık= -.131 olarak hesaplanmıştır. Karamsarlık alt boyutu için aralık 5-29 arasında, ortalama= 12.72 ve standart sapma= 5.51, çarpıklık= .521 ve basıklık= -.464 olarak hesaplanmıştır. Sosyal İzolasyon/Güvensizlik alt boyutu için aralık 7-36 arasında, ortalama= 16.92 ve standart sapma= 7.28, çarpıklık= .661 ve basıklık= -.510 olarak hesaplanmıştır. Duyguları Bastırma alt boyutu için aralık 5-27 arasında, ortalama= 11.84 ve standart sapma= 5.50, çarpıklık=

.679 ve basıklık= -.501 olarak hesaplanmıştır. Onay Arama alt boyutu için aralık 6-35 arasında, ortalama= 19.16 ve standart sapma= 5.73, çarpıklık= -.108 ve basıklık= -.294 olarak hesaplanmıştır. İç İçe Geçme/Bağımlılık alt boyutu için aralık 8-36 arasında, ortalama= 16.39 ve standart sapma= 7.55, çarpıklık= .848 ve basıklık= -.315 olarak hesaplanmıştır. Ayrıcalık / Yetersiz Öz Denetim alt boyutu için aralık 7-40 arasında, ortalama= 22.34 ve standart sapma= 6.81, çarpıklık= -.188 ve basıklık= -.410 olarak hesaplanmıştır. Kendini Feda alt boyutu için aralık 5-28 arasında, ortalama= 15.79 ve standart sapma= 5.59, çarpıklık= -.071 ve basıklık= -.927 olarak hesaplanmıştır. Terk Edilme alt boyutu için aralık 5-28 arasında, ortalama= 9.71 ve standart sapma= 4.97, çarpıklık= 1.124 ve basıklık= .346 olarak hesaplanmıştır. Cezalandırma alt boyutu için aralık 6-36 arasında, ortalama= 19.81 ve standart sapma= 5.67, çarpıklık= -.113 ve basıklık= -.122 olarak hesaplanmıştır. Kusurluluk alt boyutu için aralık 6-31 arasında, ortalama= 11.16 ve standart sapma= 5.98, çarpıklık= 1.257 ve basıklık= .573 olarak hesaplanmıştır. Dayanıksızlık alt boyutu için aralık 2-24 arasında, ortalama= 11.99 ve standart sapma= 5.17, çarpıklık= .424 ve basıklık= -.871 olarak hesaplanmıştır. Yüksek Standartlar alt boyutu için aralık 3-18 arasında, ortalama= 8.65 ve standart sapma= 3.88, çarpıklık= .229 ve basıklık= -.900 olarak hesaplanmıştır.

Kopukluk boyutu için aralık 23-108 arasında, ortalama= 50.18 ve standart sapma= 21.65, çarpıklık= .840 ve basıklık= -.450 olarak hesaplanmıştır. Zedelenmiş Otonomi boyutu için aralık 29-125 arasında, ortalama= 63.81 ve standart sapma= 25.52, çarpıklık= .689 ve basıklık= -.634 olarak hesaplanmıştır. Yüksek Standartlar boyutu için aralık 9-48 arasında, ortalama= 27.82 ve standart sapma= 8.58, çarpıklık= -.055 ve basıklık= -.826 olarak hesaplanmıştır. Zedelenmiş Sınırlar boyutu için aralık 7-40 arasında, ortalama= 22.34 ve standart sapma= 6.81, çarpıklık= -.188 ve basıklık= -.410 olarak hesaplanmıştır. Diğerleri Yönelimlilik boyutu için aralık 11-64 arasında, ortalama= 35.60 ve standart sapma= 10.20, çarpıklık= -.113 ve basıklık= -.449 olarak hesaplanmıştır. Evlilikte Uyum Ölçeği için max, min, çarpıklık, basıklık, standart sapma ve ortalama değerleri Tablo 5'te gösterilmiştir.

Tablo 5: Evlilikte Uyum Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	ss	Çarpıklık	Basıklık
Genel Uyum	11	48	35.12	7.74	-.701	0.20
İlişki Tarzı	1	12	8.53	2.71	-.685	-.491
Evlilik Uyum Ölçeği - Toplam	13	60	43.65	9.88	-.696	0.05

Tablo 5’te de verildiği gibi Evlilik Uyum Ölçeği Genel Uyum alt boyutu için aralık 69-117 arasında, ortalama= 96.67 ve standart sapma= 8.48, çarpıklık= -.421 ve basıklık= .376 olarak hesaplanmıştır. İlişki Tarzı alt boyutu için aralık 13-60 arasında, ortalama= 43.65 ve standart sapma= 9.88, çarpıklık= -.696 ve basıklık= .053 olarak hesaplanmıştır. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanları için max, min, çarpıklık, basıklık, standart sapma ve ortalama değerleri Tablo 6’da verilmiştir.

Tablo 6: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği İçin Betimleyici İstatistikler

Ölçekler	Min	Max	$\bar{x}$	Ss	Çarpıklık	Basıklık
Besleyici Tarz	11	48	30.87	6.63	-.390	0.37
Ketleyici Tarz	1	40	13.02	8.83	1.125	0.43

Tablo 6’da da görüldüğü üzere Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici tarz alt boyutu için aralık 11-48 arasında, ortalama= 30.87 ve standart sapma= 6.63, çarpıklık= -.390 ve basıklık= .370 olarak hesaplanmıştır. Ketleyici tarz alt boyutu için aralık 1-40 arasında, ortalama= 13.02 ve standart sapma= 8.83, çarpıklık= 1.125 ve basıklık= .433 olarak hesaplanmıştır.

3.2.Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği ile Evlilik Yaşı (Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi (Ay) Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği ile Evlilik Yaşı(Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi(Ay) arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi sonuçları verilmiştir. Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanları ile Evlilik Yaşı (Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık

Süresi (Ay) arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları Tablo 7’de verilmiştir.

Tablo 7: Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanları ile Evlilik Yaşı(Yıl), Evlilik Süresi (Ay) ve Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi(Ay) Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	Evlilik Yaşı	Evlilik Süresi	Evlilik Öncesi Tanışıklık Süresi
Duygusal Yoksunluk	.149**	.01	-.129*
Başarısızlık	.186**	-.161**	-.115*
Karamsarlık	.116*	-.079	.03
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	.216**	-.118*	-.035
Duyguları Bastırma	.200**	-.117*	-.003
Onay Arama	.07	-.007	-.013
İç İç Geçme/Bağımlılık	.232**	-.122*	-.079
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	-.015	.00	-.009
Kendini Feda	-.033	.118*	-.018
Terk Edilme	.282**	-.172**	-.118*
Cezalandırılma	.02	.08	-.033
Kusurluluk	.296**	-.166**	-.083
Dayanıksızlık	.184**	-.120*	-.038
Yüksek Standartlar	.07	-.028	.06
Kopukluk	.242**	-.112*	-.067
Zedelenmiş Otonomi	.230**	-.149**	-.074
Yüksek Standartlar	.08	-.017	.02
Zedelenmiş Sınırlar	-.015	.00	-.009
Diğerleri Yönelimlilik	-.006	.113*	-.028
Genel Uyum	-.145*	-.002	.216**
İlişki Tarzı	0.10	-.097	.144**
Evlilik Uyum- Toplam	-.086	-.029	.209**
Besleyici Tarz	0.09	-.105*	.02
Ketleyici Tarz	.422**	-.356*	.00

*<.05; **<.01

Tablo 7'ye göre Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=.149$; $p<.01$), Başarısızlık ($r=.186$; $p<.01$), Karamsarlık ($r=.116$; $p<.05$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=.216$; $p<.01$), Duyguları Bastırma ($r=.200$; $p<.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=.232$; $p<.01$), Terk Edilme, Kusurluluk ($r=.282$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=.184$; $p<.01$) alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=.242$; $p<.01$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=.230$; $p<.01$) şema alanları ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz ($r=.422$; $p<.01$) alt boyutu puanları ile evlilik yaşı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$).

Young Şema Ölçeği Başarısızlık ($r=-.161$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.118$; $p<.05$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.122$; $p<.01$), Kendini Feda($r=-.118$; $p<.05$), Terk Edilme($r=-.172$; $p<.01$), Kusurluluk ($r=-.166$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=-.120$; $p<.05$) alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=-.112$; $p<.05$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=-.149$; $p<.01$), Diğerleri Yönelimlilik ($r=.113$; $p<.01$), şema alanları; Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz ($r=-.105$; $p<.05$) ve Ketleyici Tarz ($r=-.356$; $p<.05$) alt boyutu puanları ile evlilik süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$).

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=-.129$; $p<.05$), Başarısızlık ($r=-.115$; $p<.05$), Terk Edilme($r=-.118$; $p<.05$) alt boyutu puanları; Evlilikte Uyum Ölçeği Genel Uyum ($r=.216$; $p<.01$) ve İlişki Tarzı ($r=.144$; $p<.01$) alt boyutu ölçek toplam puanı ($r=.209$; $p<.01$) ile evlilik öncesi tanışıklık süresi arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$).

3.3.Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkilerin İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği arasındaki ilişkilerin incelenmesi için Pearson korelasyon analizi ve Çoklu doğrusal regresyon analizi sonuçları bulunmaktadır. Young Şema Ölçeği ve Evlilikte

Uyum Ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları Tablo 8’de verilmiştir.

Tablo 8: Young Şema Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	Genel Uyum	İlişki Tarzı	Evlilik Uyumunu Toplam
Duygusal Yoksunluk	-.552**	-.481**	-.565**
Başarısızlık	-.525**	-.402**	-.522**
Karamsarlık	-.420**	-.409**	-.441**
Sosyal İz./Güvensizlik	-.535**	-.448**	-.542**
Duyguları Bastırma	-.453**	-.367**	-.455**
Onay Arama	-.307**	-.273**	-.315**
İç İç Geçme/Bağımlılık	-.521**	-.408**	-.520**
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	-.334**	-.366**	-.362**
Kendini Feda	-.362**	-.362**	-.383**
Terk Edilme	-.514**	-.376**	-.506**
Cezalandırılma	-.281**	-.242**	-.286**
Kusurluluk	-.546**	-.377**	-.531**
Dayanaksızlık	-.550**	-.406**	-.542**
Yüksek Standartlar	-.271**	-.270**	-.286**
Kopukluk	-.584**	-.468**	-.586**
Zedelenmiş Otonomi	-.581**	-.460**	-.582**
Yüksek Standartlar	-.328**	-.304**	-.340**
Zedelenmiş Sınırlar	-.334**	-.366**	-.362**
Diğerleri Yönelimlilik	-.354**	-.332**	-.369**

*<.05; **<.01

Tablo 8 incelendiğinde Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=-.552$; $p<.01$), Başarısızlık ($r=-.525$; $p<.01$), Karamsarlık ($r=-.420$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.535$; $p<.01$), Duyguları Bastırma ($r=-.453$; $p<.01$), Onay Arama ($r=-.307$; $p<.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.521$; $p<.01$), Ayrıcalık/Yetersiz Öz Denetim ($r=-.334$; $p<.01$),

Kendini Feda($r=-.362$; $p<.05$), Terk Edilme($r=-.514$; $p<.01$), Cezalandırılma ($r=-.281$; $p<.01$), Kusurluluk ($r=-.546$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=-.550$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.271$; $p<.01$), alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=-.584$; $p<.01$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=-.581$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.328$; $p<.01$), Zedelenmiş Sınırlar ($r=-.334$; $p<.01$) ve Diğerleri Yönelimlilik ($r=-.354$; $p<.01$) şema alanları puanları ile Evlilikte Uyum Ölçeği Genel Uyum alt boyutu puanları arasında istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu bulunmuştur.

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=-.481$; $p<.01$), Başarısızlık ($r=-.402$; $p<.01$), Karamsarlık ($r=-.409$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.448$; $p<.01$), Duyguları Bastırma ($r=-.367$; $p<.01$), Onay Arama ($r=-.273$; $p<.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.108$; $p<.01$), Ayrıcalık/Yetersiz Öz Denetim ($r=-.366$; $p<.01$), Kendini Feda($r=-.362$; $p<.05$), Terk Edilme($r=-.376$; $p<.01$), Cezalandırılma ($r=-.242$; $p<.01$), Kusurluluk ($r=-.377$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=-.406$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.270$; $p<.01$), alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=-.468$; $p<.01$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=-.460$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.304$; $p<.01$), Zedelenmiş Sınırlar ($r=-.366$; $p<.01$) ve Diğerleri Yönelimlilik ($r=-.354$; $p<.01$) şema alanları puanları ile Evlilikte Uyum Ölçeği İlişki tarzı alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir.

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=-.565$; $p<.01$), Başarısızlık ($r=-.522$; $p<.01$), Karamsarlık ($r=-.441$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=-.542$; $p<.01$), Duyguları Bastırma ($r=-.455$; $p<.01$), Onay Arama ($r=-.315$; $p<.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=-.520$; $p<.01$), Ayrıcalık/Yetersiz Öz Denetim ($r=-.362$; $p<.01$), Kendini Feda($r=-.383$; $p<.05$), Terk Edilme($r=-.506$; $p<.01$), Cezalandırılma ($r=-.286$; $p<.01$), Kusurluluk ($r=-.531$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=-.542$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.286$; $p<.01$), alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=-.586$; $p<.01$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=-.582$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.340$; $p<.01$), Zedelenmiş Sınırlar ($r=-.362$; $p<.01$) ve Diğerleri Yönelimlilik ($r=-.369$; $p<.01$) şema alanları puanları ile Evlilikte Uyum Ölçeği toplam puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Young

Şema Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları Tablo 9’da verilmiştir.

Tablo 9: Young Şema Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	Besleyici Tarz	Ketleyici Tarz
Duygusal Yoksunluk	-.087	.566**
Başarısızlık	-.075	.658**
Karamsarlık	-.011	.478**
Sosyal İz./Güvensizlik	-.016	.640**
Duyguları Bastırma	-.084	.622**
Onay Arama	.158**	.334**
İç İç Geçme/Bağımlılık	-.063	.710**
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	.195**	.276**
Kendini Feda	.177**	.291**
Terk Edilme	0.01	.701**
Cezalandırılma	.224**	.204**
Kusurluluk	-.058	.801**
Dayanıksızlık	0.03	.568**
Yüksek Standartlar	.107*	.349**
Kopukluk	-.065	.736**
Zedelenmiş Otonomi	-.030	.721**
Yüksek Standartlar	.154**	.381**
Zedelenmiş Sınırlar	.195**	.276**
Diğerleri Yönelimlilik	.221**	.273**

*<.05; **<.01

Tablo 9’da görüldüğü gibi Young Şema Ölçeği Onay Arama ($r=.158$; $p<.01$), Ayrıcalık/Yetersiz Öz Denetim ($r=.195$; $p<.01$), Kendini Feda($r=.177$; $p<.01$), Cezalandırılma ($r=.224$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=.107$; $p<.01$), alt boyutu puanları; Yüksek Standartlar ($r= .154$; $p<.01$), Zedelenmiş Sınırlar ($r=.195$; $p<.01$) ve Diğerleri

Yönelimlilik ($r=.221$; $p<.01$) şema alanları puanları ile Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$).

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk ($r=.566$; $p<.01$), Başarısızlık ($r=.658$; $p<.01$), Karamsarlık ($r=.478$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($r=.640$; $p<.01$), Duyguları Bastırma ($r=.622$; $p<.01$), Onay Arama ($r=.334$; $p<.01$), İç İç Geçme/Bağımlılık ($r=.710$; $p<.01$), Ayrıcalık/Yetersiz Öz Denetim ($r=.276$; $p<.01$), Kendini Feda ($r=.291$; $p<.05$), Terk Edilme ($r=.701$; $p<.01$), Cezalandırılma ($r=.204$; $p<.01$), Kusurluluk ($r=.801$; $p<.01$), Dayanıksızlık ($r=.568$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=.349$; $p<.01$), alt boyutu puanları; Kopukluk ($r=.736$; $p<.01$) ve Zedelenmiş Otonomi ($r=.721$; $p<.01$), Yüksek Standartlar ($r=-.381$; $p<.01$), Zedelenmiş Sınırlar ($r=.276$; $p<.01$) ve Diğerleri Yönelimlilik ($r=.273$; $p<.01$) şema alanları puanları ile Evlilikte Uyum Ölçeği İlişki Tarzı alt boyutu puanları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$). Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği arasındaki ilişkinin incelenmesine yönelik Pearson Korelasyon Analizi sonuçları Tablo 10'da verilmiştir.

Tablo 10: Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçları

Ölçekler	Genel Uyum	İlişki Tarzı	Evlilik Uyumu Toplam
Besleyici Tarz	0.07	0.08	0.08
Ketleyici Tarz	-.511**	-.299**	-.482**

* $<.05$; ** $<.01$

Tablo 10'daki verilerde de görüldüğü gibi Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici tarz alt boyutu ile Evlilikte Uyum Ölçeği Genel Uyum ($r=.566$; $p<.01$), İlişki Tarzı ($r=.658$; $p<.01$) ve ölçek toplam puanı arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Diğer değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı belirlenmiştir($p>.05$).

3.4.Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesine Yönelik Bulgular

Bu bölümde, Young Şema Ölçeği, Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere (Cinsiyet, Eğitim Durumu, Yaşam Yeri, Gelir Düzeyi) göre incelenmesine yönelik analiz sonuçları verilmiştir.

3.4.1. Young Şema Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesinde Çıkan Bulgular

Bu bölümde, Young Şema Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere (Cinsiyet, Eğitim Durumu, Yaşam Yeri, Gelir Düzeyi) göre incelenmesi için analiz sonuçları bulunmaktadır. Young Şema Ölçeği puanlarının cinsiyete göre değişimine ilişkin bulgular Tablo 11’de gösterilmiştir.

Tablo 11: Young Şema Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	N	x	ss	t	sd	P
Duygusal Yoksunluk	Kadın	249	9.98	5.27	-1.438	365	0.15
	Erkek	118	10.85	5.66			
Başarısızlık	Kadın	249	13.22	6.02	0.95	365	0.34
	Erkek	118	12.58	6.17			
Karamsarlık	Kadın	249	13.06	5.66	1.71	365	0.08
	Erkek	118	12.00	5.13			
Sosyal İz./Güvensizlik	Kadın	249	16.84	7.25	-.301	365	0.76
	Erkek	118	17.08	7.38			
Duyguları Bastırma	Kadın	249	11.49	5.54	-1.778	365	0.07
	Erkek	118	12.58	5.37			
Onay Arama	Kadın	249	19.06	5.87	-.520	365	0.60
	Erkek	118	19.39	5.46			
İç İçe Geçme/Bağımlılık	Kadın	249	16.00	7.40	-1.414	365	0.15
	Erkek	118	17.19	7.81			
Ayrıcalık / Yetersiz	Kadın	249	22.54	6.93	.834	365	.405

Öz D.	Erkek	118	21.91	6.57			
Kendini Feda	Kadın	249	15.76	5.63	-.135	365	0.89
	Erkek	118	15,85	5,52			
Terk Edilme	Kadın	249	9.54	5.04	-.939	365	0.34
	Erkek	118	10.06	4.80			
Cezalandırılma	Kadın	249	19.72	5.83	-.410	365	0.68
	Erkek	118	19.98	5.33			
Kusurluluk	Kadın	249	10.84	5.95	-1.479	365	0.14
	Erkek	118	11.83	6.02			
Dayanıksızlık	Kadın	249	12.08	5.15	0.51	365	0.60
	Erkek	118	11.79	5.24			
Yüksek Standartlar	Kadın	249	8.55	3.69	-.705	202.22	0.48
	Erkek	118	8.87	4.27			
Kopukluk	Kadın	249	49.16	21.43	-1.320	365	0.18
	Erkek	118	52,35	22,06			
Zedelenmiş Otonomi	Kadın	249	63.90	25.22	0.10	365	0.92
	Erkek	118	63.62	26.24			
Yüksek Standartlar	Kadın	249	27.61	8.56	-.684	365	0.49
	Erkek	118	28.26	8.65			
Zedelenmiş Sınırlar	Kadın	249	22.54	6.93	0.83	365	0.40
	Erkek	118	21.91	6.57			
Diğerleri Yönelimlilik	Kadın	249	35.49	10.31	-.302	365	0.76
	Erkek	118	35.83	10.00			

*<.05; **<.01; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 11’de Young Şema Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları bulunmaktadır. Young Şema Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı bulunmuştur(p>.05). Young Şema Ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması için Kruskal Wallis H Testi sonuçları Tablo 12’de verilmiştir.

Tablo 12: Young Şema Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesi için Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	p	Fark
Duygusal Yoksunluk	İlkokul ve Altı	19	171.68	2.583	3	0.46	
	Lise	100	189.03				
	Önlisans/Lisans	194	187.98				
	Lisansüstü	54	164.73				
Başarısızlık	İlkokul ve Altı	19	168.16	6.422	3	0.09	
	Lise	100	178.33				
	Önlisans/Lisans	194	195.77				
	Lisansüstü	54	157.81				
Karamsarlık	İlkokul ve Altı	19	166.63	2,898	3	0.40	
	Lise	100	185.54				
	Önlisans/Lisans	194	190.15				
	Lisansüstü	54	165.16				
Sosyal İz./Güvensizlik	İlkokul ve Altı	19	166.08	3,36	3	0.33	
	Lise	100	173.34				
	Önlisans/Lisans	194	193.40				
	Lisansüstü	54	176.29				
Duyguları Bastırma	İlkokul ve Altı	19	113.08	9.04	3	0.029*	2>4
	Lise	100	189.71				2>3
	Önlisans/Lisans	194	187.19				
	Lisansüstü	54	186.94				
Onay Arama	İlkokul ve Altı	19	165.55	3,26	3	0.35	
	Lise	100	173.92				
	Önlisans/Lisans	194	193.23				
	Lisansüstü	54	176.00				

İç İçe	İlkokul ve Altı	19	162.24	3.84	3	0.27
Geçme/Bağımlılık	Lise	100	183.46			
	Önlisans/Lisans	194	191.98			
	Lisansüstü	54	163.97			
Ayrıcalık / Yetersiz Öz	İlkokul ve Altı	19	193.21	1.29	3	0.73
D.	Lise	100	185.62			
	Önlisans/Lisans	194	186.35			
	Lisansüstü	54	169.33			
Kendini Feda	İlkokul ve Altı	19	173.95	7.30	3	0.06
	Lise	100	196.92			
	Önlisans/Lisans	194	187.66			
	Lisansüstü	54	150.47			
Terk Edilme	İlkokul ve Altı	19	170.89	2.63	3	0.45
	Lise	100	176.88			
	Önlisans/Lisans	194	192.25			
	Lisansüstü	54	172.16			
Cezalandırılma	İlkokul ve Altı	19	176.97	2.90	3	0.40
	Lise	100	190.86			
	Önlisans/Lisans	194	187.14			
	Lisansüstü	54	162.49			
Kusurluluk	İlkokul ve Altı	19	177.37	0.48	3	0.92
	Lise	100	178.81			
	Önlisans/Lisans	194	186.94			
	Lisansüstü	54	185.40			
Dayanıksızlık	İlkokul ve Altı	19	150.63	4.31	3	0.23
	Lise	100	172.48			
	Önlisans/Lisans	194	192.27			
	Lisansüstü	54	187.37			

Yüksek Standartlar	İlkokul ve Altı	19	166.39	2.108	3	0.55
	Lise	100	185.17			
	Önlisans/Lisans	194	189.29			
	Lisansüstü	54	169.03			
Kopukluk	İlkokul ve Altı	19	152.34	2.62	3	0.45
	Lise	100	183.59			
	Önlisans/Lisans	194	189.73			
	Lisansüstü	54	175.31			
Zedelenmiş Otonomi	İlkokul ve Altı	19	163.61	4.30	3	0.23
	Lise	100	178.55			
	Önlisans/Lisans	194	193.95			
	Lisansüstü	54	165.54			
Yüksek Standartlar	İlkokul ve Altı	19	167.58	1.76	3	0.62
	Lise	100	179.38			
	Önlisans/Lisans	194	190.49			
	Lisansüstü	54	175.02			
Zedelenmiş Sınırlar	İlkokul ve Altı	19	193.21	1.29	3	0.73
	Lise	100	185.62			
	Önlisans/Lisans	194	186.35			
	Lisansüstü	54	169.33			
Diğerleri Yönelimlilik	İlkokul ve Altı	19	174.50	5.42	3	0.14
	Lise	100	193.93			
	Önlisans/Lisans	194	187.96			
	Lisansüstü	54	154.71			

*<.05; **<.01

Tablo 12'deki sonuçlara göre Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk alt boyutu puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı bulunmuştur ($H(3) = 9.044$; $p < .05$). Tamhane't2 testi sonuçlarına göre; Lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcıların Duygusal Yoksunluk alt boyutu puanlarının

Önlisans/lisans ve Lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Young Şema Ölçeği Başarısızlık, Güvensizlik, Sosyal İz olasyon, Duyguları Bastırma, Karamsarlık, Onay Arama, Bağımlılık, İç İç Geçme, Yetersiz Öz Denetim, Ayrıcalık, Terk Edilme, Kendini Feda, Kusurluluk, Cezalandırılma, Dayanıksızlık, Yüksek Standartlar alt boyutları ile Kopukluk, Zedelenmiş Otonomi, Yüksek Standartlar, Zedelenmiş Sınırlar ve Diğerleri Yönelimlilik boyutu puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir($p>.05$). Young Şema Ölçeği puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 13'te gösterilmiştir.

Tablo 13: Young Şema Ölçeği Yaşanılan Yere Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	Ss	t	sd	P
Duygusal Yoksunluk	Büyükşehir	155	10.53	5.64	0.63	353	0.52
	Küçük Şehir	200	10.16	5.25			
Başarısızlık	Büyükşehir	155	13.14	6.38	0.30	353	0.75
	Küçük Şehir	200	12.94	5.87			
Karamsarlık	Büyükşehir	155	12.59	5.38	-.442	353	0.65
	Küçük Şehir	200	12.85	5.69			
Sosyal İz./Güvensizlik	Büyükşehir	155	17.00	7.81	0.27	308.502 ^a	0.78
	Küçük Şehir	200	16.79	6.88			
Duyguları Bastırma	Büyükşehir	155	12.25	5.81	1.07	353	0.28
	Küçük Şehir	200	11.61	5.35			
Onay Arama	Büyükşehir	155	19.85	5.85	1.97	353	.049*
	Küçük Şehir	200	18.64	5.66			
İç İç Geçme/Bağımlılık	Büyükşehir	155	16.96	7.99	1.06	353	0.28
	Küçük Şehir	200	16,10	7,33			
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	Büyükşehir	155	22.86	7.25	1.07	353	0.28
	Küçük Şehir	200	22.08	6.42			

Kendini Feda	Büyükşehir	155	16.27	5.49	1.41	353	0.15
	Küçük Şehir	200	15.42	5.69			
Terk Edilme	Büyükşehir	155	10.25	5.37	1.55	306.998 ^a	0.12
	Küçük Şehir	200	9.41	4.69			
Cezalandırılma	Büyükşehir	155	20.61	5.80	2.28	353	.023*
	Küçük Şehir	200	19.24	5.46			
Kusurluluk	Büyükşehir	155	11.82	6.74	1.60	289.281 ^a	0.10
	Küçük Şehir	200	10,76	5,38			
Dayanıksızlık	Büyükşehir	155	12.34	5.51	1.10	309.185 ^a	0.27
	Küçük Şehir	200	11.73	4.87			
Yüksek Standartlar	Büyükşehir	155	8.85	3.82	0.75	353	0.45
	Küçük Şehir	200	8.54	3.98			
Kopukluk	Büyükşehir	155	51.59	23.80	0.95	301.526 ^a	0.33
	Küçük Şehir	200	49.31	20.22			
Zedelenmiş Otonomi	Büyükşehir	155	65.28	27.36	0.82	353	0.41
	Küçük Şehir	200	63.02	24.50			
Yüksek Standartlar	Büyükşehir	155	28.70	8.64	1.65	353	0.09
	Küçük Şehir	200	27.18	8.64			
Zedelenmiş Sınırlar	Büyükşehir	155	22.86	7.25	1.07	353	0.28
	Küçük Şehir	200	22.08	6.42			
Diğerleri Yönelimlilik	Büyükşehir	155	36.88	10.19	2.03	353	.042*
	Küçük Şehir	200	34.66	10.19			

*<.05; **<.01; a Varyanslar benzer Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 13'te de gösterildiği gibi Young Şema Ölçeği Onay Arama($t(353)= 1.971$; $p<.05$), Cezalandırılma ($t(353)= 2.285$; $p<.05$) alt boyutu ve Diğerleri Yönelimlilik ($t(353)= 2.039$; $p<.05$) boyutu puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı bulunmuştur. Büyük şehirde yaşayan katılımcıların Onay Arama ve Cezalandırılma alt boyutu ile Diğerleri Yönelimlilik boyutu puanlarının küçük şehirde yaşayan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Young Şema Ölçeği Karamsarlık, Duygusal Yoksunluk, Başarısızlık, Güvensizlik, Sosyal İzolasyon, Duyguları Bastırma, Bağımlılık, İç İç Geçme, Ayrıcalık, Kusursuzluk, Yetersiz Öz Denetim, Kendini Feda, Dayanıksızlık, Terk Edilme, Yüksek Standartlar alt boyutları ile Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk, Yüksek Standartlar ve Zedelenmiş Sınırlar boyutu puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir($p>.05$). Young Şema Ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 14'te verilmektedir.

Tablo 14: Young Şema Ölçeği Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	Ss	t	sd	P
Duygusal Yoksunluk	Düşük/Orta	285	10.21	5.28	-.302	121.587 ^a	0.76
	Yüksek	82	10.43	5.85			
Başarısızlık	Düşük/Orta	285	12.83	5.71	-.964	112.134 ^a	0.33
	Yüksek	82	13.66	7.17			
Karamsarlık	Düşük/Orta	285	12.64	5.38	-.482	365	0.63
	Yüksek	82	12.98	5.98			
Sosyal İz./Güvensizlik	Düşük/Orta	285	16.53	7.00	-1.76	118.244 ^a	0.08
	Yüksek	82	18.27	8.08			
Duyguları Bastırma	Düşük/Orta	285	11.74	5.47	-.676	365	0.49
	Yüksek	82	12.21	5.64			
Onay Arama	Düşük/Orta	285	19.22	5.47	0.30	114.985 ^a	0.76
	Yüksek	82	18.98	6.59			
İç İç Geçme/Bağımlılık	Düşük/Orta	285	15.84	7.07	-2.334	112.732 ^a	.021*
	Yüksek	82	18,30	8,80			
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	Düşük/Orta	285	22.52	6.70	0.95	365	0.34
	Yüksek	82	21.71	7.19			
Kendini Feda	Düşük/Orta	285	15.83	5.46	0.24	121.152 ^a	0.80
	Yüksek	82	15.65	6.07			

Terk Edilme	Düşük/Orta	285	9.36	4.70	-2.24	114.706 ^a	.027*
	Yüksek	82	10.90	5.68			
Cezalandırılma	Düşük/Orta	285	19.87	5.55	0.42	365	0.67
	Yüksek	82	19.57	6.07			
Kusurluluk	Düşük/Orta	285	10.61	5.37	-2.76	106.179 ^a	007**
	Yüksek	82	13.06	7.47			
Dayanıksızlık	Düşük/Orta	285	11.75	5.04	-1.64	365	0.10
	Yüksek	82	12.82	5.57			
Yüksek Standartlar	Düşük/Orta	285	8.77	3.89	1.086	365	0.27
	Yüksek	82	8.24	3.87			
Kopukluk	Düşük/Orta	285	49.09	20.50	-1.61	114.096 ^a	0.11
	Yüksek	82	53.96	25.02			
Zedelenmiş Otonomi	Düşük/Orta	285	62.42	23.97	-1.73	112.481 ^a	0.08
	Yüksek	82	68.66	29.96			
Yüksek Standartlar	Düşük/Orta	285	27.99	8.33	0.66	119.830 ^a	0.50
	Yüksek	82	27.22	9.42			
Zedelenmiş Sınırlar	Düşük/Orta	285	22.52	6.70	0.95	365	0.34
	Yüksek	82	21.71	7.19			
Diğerleri Yönelimlilik	Düşük/Orta	285	35.71	9.85	0.35	117.943 ^a	0.72
	Yüksek	82	35.22	11.40			

*<.05; **<.01; ^a Varyanslar benzer Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 14 'te de ifade edildiği gibi Young Şema Ölçeği İç İçe Geçme/Bağımlılık ($t_{(353)} = 1.971$; $p < .05$), Terk Edilme ($t_{(353)} = 2.285$; $p < .05$) ve Kusurluluk ($t_{(353)} = 2.039$; $p < .05$) alt boyutu puanlarının gelir değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı bulunmuştur.

Young Şema Ölçeği Başarısızlık, Duygusal Yoksunluk, Karamsarlık, Güvensizlik, Sosyal İzolasyon, Onay Arama, Duyguları Bastırma, Ayrıcalık / Yetersiz Öz D. Kendini Feda, Cezalandırılma, Dayanıksızlık, Yüksek Standartlar alt boyutları ile Kopukluk,

Zedelenmiş Otonomi, Yüksek Standartlar, Zedelenmiş Sınırlar ve Diğerleri Yönelimlilik boyutu puanlarının gelir durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı belirlenmiştir ($p>.05$). Young Şema Ölçeği puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 15'te gösterilmiştir.

Tablo 15: Young Şema Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	ss	F	sd	p	Fark
Duygusal Yoksunluk	Çocuk Yok	103	10.61	5.66	0.58	3	0.62	
	Tek Çocuk	96	9.99	5.91		363		
	İki Çocuk	117	10.48	5.07				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	9.55	4.62				
Başarısızlık	Çocuk Yok	103	14.30	6.57	7.38	3	.000**	1>4
	Tek Çocuk	96	13.92	6.90		363		2>4
	İki Çocuk	117	12.50	5.20				3>4
	Üç Çocuk ve Üstü	51	9.90	3.54				
Karamsarlık	Çocuk Yok	103	13.56	5.70	2.28	3	0.07	
	Tek Çocuk	96	13.18	6.33		363		
	İki Çocuk	117	12.09	4.74				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	11.59	4.87				
Sosyal İz./Güvensizlik	Çocuk Yok	103	18.02	7.45	3.16	3	.025*	1>4
	Tek Çocuk	96	17.63	7.99		363		
	İki Çocuk	117	16.41	6.90				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	14.53	5.78				
Duyguları Bastırma	Çocuk Yok	103	12.81	5.56	2.65	3	.045*	1>4
	Tek Çocuk	96	11.82	6.29		363		
	İki Çocuk	117	11.74	5.18				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	10.18	4.07				
Onay Arama	Çocuk Yok	103	19.81	5.84	1.99	3	0.11	
	Tek Çocuk	96	19.85	6.21		165.50		
	İki Çocuk	117	18.42	5.05				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	18.27	5.89				

İç İçe Geçme/Bağımlılık	Çocuk Yok	103	17.54	8.59	2.57	3	0.05	
	Tek Çocuk	96	17.02	8.30		363		
	İki Çocuk	117	15.73	6.58				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	14.37	5.17				
Ayrıcalık / Yetersiz Öz D.	Çocuk Yok	103	22.34	6.86	2.24	3	0.08	
	Tek Çocuk	96	23.15	7.26		363		
	İki Çocuk	117	22.62	5.81				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	20.18	7.69				
Kendini Feda	Çocuk Yok	103	15.50	5.73	0.39	3	0.75	
	Tek Çocuk	96	15.70	5.81		169.34		
	İki Çocuk	117	15.81	5.41		w		
	Üç Çocuk ve Üstü	51	16.51	5.40				
Terk Edilme	Çocuk Yok	103	10.61	5.12	4.81	3	.003**	1>4
	Tek Çocuk	96	10.43	5.91		363		2>4
	İki Çocuk	117	9.11	4.21				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	7.88	3.54				
Cezalandırılma	Çocuk Yok	103	20.10	5.87	0.30	3	0.82	
	Tek Çocuk	96	19.61	6.05		171.03		
	İki Çocuk	117	19.54	5.41		w		
	Üç Çocuk ve Üstü	51	20.20	5.16				
Kusurluluk	Çocuk Yok	103	12.31	6.62	5.27	3	.001**	1>4
	Tek Çocuk	96	11.96	6.79		363		2>4
	İki Çocuk	117	10.56	5.16				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	8.71	3.48				
Dayanıksızlık	Çocuk Yok	103	13.05	4.92	5.91	3	.001**	1>4
	Tek Çocuk	96	12.68	5.74		363		2>4
	İki Çocuk	117	11.49	4.72				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	9.71	4.83				
Yüksek Standartlar	Çocuk Yok	103	9.01	4.02	2.00	3	0.11	
	Tek Çocuk	96	8.85	4.08		165.730		
	İki Çocuk	117	7.97	3.48		w		
	Üç Çocuk ve Üstü	51	9.12	4.02				

Kopukluk	Çocuk Yok	103	53.75	23.20	3.05	3	.029*	1>4
	Tek Çocuk	96	51.40	24.68		363		
	İki Çocuk	117	49.20	19.36				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	42.96	14.91				
Zedelenmiş Otonomi	Çocuk Yok	103	69.07	27.96	5.53	3	.001**	1>4
	Tek Çocuk	96	67.22	29.16		363		2>4
	İki Çocuk	117	60.91	21.18				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	53.45	17.52				
Yüksek Standartlar	Çocuk Yok	103	28.82	9.05	1.94	3	0.12	
	Tek Çocuk	96	28.71	9.24		363		
	İki Çocuk	117	26.39	7.36				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	27.39	8.69				
Zedelenmiş Sınırlar	Çocuk Yok	103	22.34	6.86	2.24	3	0.08	
	Tek Çocuk	96	23.15	7.26		363		
	İki Çocuk	117	22.62	5.81				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	20.18	7.69				
Diğerleri Yönelimlilik	Çocuk Yok	103	35.59	10.67	0.30	172.32	0.82	
	Tek Çocuk	96	35.31	11.04				
	İki Çocuk	117	35.35	9.67				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	36.71	8.90				

*<.05; **<.01; ^w Welch Testi

Tablo 15'te gösterildiği gibi Young Şema Ölçeği Başarısızlık ($F_{(3,363)}= 7.381$; $p<.01$), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ($F_{(3,363)}= 3.162$; $p<.05$), Duyguları Bastırma ($F_{(3,363)}= 2.657$; $p<.05$), Terk Edilme ($F_{(3,363)}= 4.812$; $p<.01$) Kusurluluk ($F_{(3,363)}= 5.270$; $p<.01$) , Dayanıksızlık ($F_{(3,363)}= 5.910$; $p<.01$) alt boyutları ile Kopukluk ($F_{(3,363)}= 3.054$; $p<.05$) ve Zedelenmiş Otonomi alt boyutu puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı bulunmuştur ($F_{(3)}= 5.534$; $p<.01$). İkili karşılaştırmalarda varyanslar benzer olduğunda Scheffe testi varyanslar benzer olmadığında ise Tamhane't2 testi uygulanmıştır. Çocuğu olmayan, tek ve iki çocuğu olan katılımcıların Başarısızlık alt boyutu puanlarının üç ve daha fazla çocuğu olan katılımcılardan; çocuğu olmayan katılımcıların Sosyal İz./Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Terk Edilme, Kusurluluk, Dayanıksızlık ve kopukluk alt boyutu puanları üç çocuk ve daha üstüne sahip

olan katılımcılardan; çocuğu olmayan katılımcıların Kopukluk alt boyutu puanlarının üç ve daha fazla çocuğu olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Young Şema Ölçeği Duygusal Yoksunluk, Karamsarlık, Onay Arama, İç İç Geçme/Bağımlılık, Ayrıcalık / Yetersiz Öz D., Kendini Feda, Cezalandırılma, Yüksek Standartlar alt boyutları ile Yüksek Standartlar, Zedelenmiş Sınırlar ve Diğerleri Yönelimlilik boyutu puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı bulunmuştur($p>.05$).

3.4.2. Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi Sonucu Çıkan Bulgular

Bu bölümde, Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere (Cinsiyet, Eğitim Durumu, Yaşam Yeri, Gelir Düzeyi) göre incelenmesi için analiz sonuçları bulunmaktadır. Evlilikte Uyum Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 16’da gösterilmiştir.

Tablo 16: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi için Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	X	Ss	t	sd	P
Genel Uyum	Kadın	249	34.85	7.97	-.956	365	0.34
	Erkek	118	35.68	7.23			
İlişki Tarzı	Kadın	249	8.31	2.78	-2.24	365	.025*
	Erkek	118	8.99	2.52			
Evlilikte Uyum Ölçeği	Kadın	249	43.16	10.21	-1.36	365	0.17
	Erkek	118	44.67	9.09			
Toplam							

* $<.05$; ** $<.01$; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 16 incelendiğinde Evlilik Uyum Ölçeği İlişki Tarzı alt boyutu puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı tespit edilmiştir ($t_{(365)} = -2.248$; $p<.05$). Erkeklerin İlişki Tarzı alt boyutu puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmektedir.

Evlilikte Uyum Ölçeği Genel Uyum alt boyutu ve ölçek toplam puanlarının ise cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı tespit edilmiştir ($p>.05$). Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılması adına Kruskal Wallis H Testi sonuçları Tablo 17’de verilmiştir.

Tablo 17:Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	H	sd	P
Genel Uyum	İlkokul ve Altı	19	212.97	4.96	3	0.17
	Lise	100	197.99			
	Önlisans/Lisans	194	173.78			
	Lisansüstü	54	184.61			
İlişki Tarzı	İlkokul ve Altı	19	155.63	6.65	3	0.08
	Lise	100	171.11			
	Önlisans/Lisans	194	185.76			
	Lisansüstü	54	211.53			
Evlilikte Uyum Ölçeği Toplam	İlkokul ve Altı	19	199.53	1.86	3	0.60
	Lise	100	189.85			
	Önlisans/Lisans	194	177.14			
	Lisansüstü	54	192.37			

* $<.05$; ** $<.01$

Tablo 17 incelendiğinde Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının yaşanan yer değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 18’de gösterilmiştir.

Tablo 18: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Yer Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	X	Ss	t	sd	p
Genel Uyum	Büyükşehir	155	34.89	8.48	-.531	298.28	0.59
	Küçük Şehir	200	35.34	7.09			
İlişki Tarzı	Büyükşehir	155	8.46	2.72	-.593	353	0.55
	Küçük Şehir	200	8.63	2.69			
Evlilikte Uyum Ölçeği	Büyükşehir	155	43.35	10.65	-.578	304.90	0.56
Toplam	Küçük Şehir	200	43.97	9.21			

*<.05; **<.01; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 18'deki verilere göre Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı seviyede farklılaşmadığı söylenebilir ($p>.05$). Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının gelir düzeyi değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 19'da verilmiştir.

Tablo 19: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Gelir Düzeyi Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	Ss	t	sd	p
Genel Uyum	Düşük/Orta	285	35.22	7.78	0.51	365	0.60
	Yüksek	82	34.73	7.59			
İlişki Tarzı	Düşük/Orta	285	8.43	2.73	-1.31	365	0.19
	Yüksek	82	8.87	2.62			
Evlilikte Uyum Ölçeği	Düşük/Orta	285	43.66	9.94	0.04	365	0.96
Toplam	Yüksek	82	43.61	9.72			

*<.05; **<.01; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 19 incelendiğinde Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının gelir düzeyi değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre karşılaştırılması için ANOVA sonuçları Tablo 20'de gösterilmiştir.

Tablo 20: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesi İçin ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	ss	F	sd	p
Genel Uyum	Çocuk Yok	103	35.11	7.63	1.61	3	0.41
	Tek Çocuk	96	34.24	8.29		363	
	İki Çocuk	117	34.96	7.41			
	Üç Çocuk ve Üstü	51	37.16	7.48			
İlişki Tarzı	Çocuk Yok	103	8.70	2.52	0.98	3	0.40
	Tek Çocuk	96	8.38	2.88		170.25	
	İki Çocuk	117	8.32	2.80			
	Üç Çocuk ve Üstü	51	8.98	2.57			
Evlilikte Uyum Ölçeği Toplam	Çocuk Yok	103	43.81	9.57	1.50	3	0.21
	Tek Çocuk	96	42.61	10.65		363	
	İki Çocuk	117	43.27	9.53			
	Üç Çocuk ve Üstü	51	46.14	9.63			

*<.05; **<.01; W Welch Testi

Tablo 20 ‘deki analiz verilerine göre Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre istatistikse açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı söylenebilir ($p>.05$).

3.4.3. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi Sonucu Çıkan Bulgular

Bu bölümde, Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının demografik değişkenlere (Cinsiyet, Eğitim Durumu, Yaşanılan Yer, Gelir Düzeyi) göre incelenmesine yönelik analiz sonuçları verilmiştir. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre karşılaştırılması için Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 21’de verilmiştir.

Tablo 21: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Cinsiyet Değişkenine Göre İncelenmesi için Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	X	Ss	t	sd	P
Besleyici Tarz	Kadın	249	31.06	6.39	0.81	365	0.41
	Erkek	118	30.46	7.11			
Ketleyici Tarz	Kadın	249	12.20	8.99	-2.591	365	.010*
	Erkek	118	14.74	8.26			

*<.05; **<.01; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 21'deki verilerden de anlaşılacağı üzere Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz alt boyutu cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaştığı görülmüştür ($t_{(365)}=.819$; $p<.05$). Erkeklerin Ketleyici Tarz alt boyutu puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının cinsiyet değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı söylenebilir ($p>.05$). Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına karşın Kruskal Wallis H Testi sonuçları Tablo 22'de gösterilmiştir.

Tablo 22: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Eğitim Durumu Değişkenine Göre İncelenmesi için Kruskal Wallis H Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	SO	t	sd	p	Fark
Besleyici Tarz	İlkokul ve Altı	19	115.08	13.50	3	.004**	4>1
	Lise	100	168.03				4>1
	Önlisans/Lisans	194	197.10				
	Lisansüstü	54	190.79				
Ketleyici Tarz	İlkokul ve Altı	19	131.74	23.40	3	.000**	4>1
	Lise	100	150.46				4>1
	Önlisans/Lisans	194	196.55				3>2
	Lisansüstü	54	219.43				

*<.05; **<.01

Tablo 22'deki verilere göre Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz ($H_{(3)}=13.500$; $p<.01$)ve Ketleyici Tarz ($H_{(3)}=23.401$; $p<.01$) alt boyutu puanlarının eğitim durumu değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı söylenebilir. Lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcıların Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının ilkokul ve alt ile lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmektedir. Lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcıların Ketleyici Tarz alt boyutu puanlarının ilkokul ve alt ile lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcılardan; Önlisans/lisans düzeyinde eğitim görmüş katılımcıların ise lise düzeyinde eğitim görmüş daha yüksek olduğu tespit edilmiştir. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 23'te verilmiştir.

Tablo 23: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Yaşanılan Yer Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	Ss	t	sd	P
Besleyici Tarz	Büyükşehir	155	30.82	6.72	-.292	353	0.77
	Küçük Şehir	200	31.03	6.46			
Ketleyici Tarz	Büyükşehir	155	13.11	9.54	-.011	353	0.99
	Küçük Şehir	200	13.12	8.44			

* $<.05$; ** $<.01$; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 23 incelendiğinde Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının yaşanılan yer değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı görülmektedir ($p>.05$). Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre karşılaştırılmasına karşı Bağımsız Gruplar t- Testi sonuçları Tablo 24'te verilmiştir.

Tablo 24: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Gelir Durumu Değişkenine Göre İncelenmesine Yönelik Bağımsız Gruplar t-Testi Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	x	Ss	t	sd	P
Besleyici Tarz	Düşük/Orta	285	30.43	6.84	-.292	353	0.77
	Yüksek	82	32.40	5.62			
Ketleyici Tarz	Düşük/Orta	285	11.84	8.01	-.011	353	0.99
	Yüksek	82	17.10	10.28			

* $<.05$; ** $<.01$; ^a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 24'deki verilere göre Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının gelir durumu değişkenine göre istatistiksel açıdan anlamlı seviyede farklılaşmadığı söylenebilir ($p>.05$). Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre karşılaştırılmasına yönelik ANOVA sonuçları Tablo 25'te gösterilmiştir.

Tablo 25: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Puanlarının Çocuk Sayısı Değişkenine Göre İncelenmesi Açısından ANOVA Sonuçları

Ölçekler	Gruplar	n	X	ss	F	Sd	p	Fark
Besleyici Tarz	Çocuk Yok	103	31.68	6.57	3.17	3	.024*	Fark Yok
	Tek Çocuk	96	32.00	7.02		363		
	İki Çocuk	117	29.78	6.36				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	29.61	6.16				
Ketleyici Tarz	Çocuk Yok	103	15.78	9.22	11.70	3	.000**	1>4 1>3 1>2
	Tek Çocuk	96	14.83	10.03		363		
	İki Çocuk	117	10.93	7.05				
	Üç Çocuk ve Üstü	51	8.80	6.34				

* $<.05$; ** $<.01$; a Varyanslar Homojen Olmadığında Kullanılan t Değeri

Tablo 25 incelendiğinde Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz ($F(3)=3.173$; $p<.05$) ve Ketleyici Tarz ($F(3)=11.705$; $p<.01$) alt boyutu puanlarının çocuk sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı görülmektedir. Çocuğu olmayan katılımcıların Ketleyici Tarz alt boyutu puanlarının tek, iki ve 3 ve daha fazla çocuğu olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Besleyici tarz alt boyutu puanları için analiz sonucunda anlamlı farklılık bulunmamıştır. Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları Tablo 26'da verilmiştir.

Tablo 26: Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart		t	P
		Hata B	Beta		
Sabit	58.40	1.08		53.71	0.00
Duygusal Yoksunluk	-.532	0.11	-.291	-4.80	.000**
Dayanıksızlık	-.490	0.10	-.257	-4.54	.000**
Başarısızlık	-.264	0.09	-.162	-2.70	.007**
R= 0.62 R ² = 0.388 Sd:3/363 F: 76.66 p=.000**					

*<0.05; **<0.01

Tablo 26’da görüldüğü gibi aşamalı regresyon analizi uygulanmıştır. Young Şema Ölçeği alt boyutu puanları alınmıştır. ($F(3-363) = 76.663$, $p = .000$), Young Şema Ölçeğinin, Duygusal Yoksunluk, Dayanıksızlık ve Başarısızlık alt boyutu puanlarının Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının %38,8’ini açıkladığı belirlenmiştir. Young Şema Ölçeğinin Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak Duygusal Yoksunluk ($\beta = -.291$, $t = -4.808$, $p = .000$), Dayanıksızlık ($\beta = -.257$, $t = -4.543$, $p = .000$) ve Başarısızlık ($\beta = -.162$, $t = -2.706$, $p = .000$) alt boyutu puanlarını yordadığı görülmüştür. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları Tablo 27’de gösterilmiştir.

Tablo 27: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart		t	P
		Hata B	Beta		
Sabit	24.98	1.29		19.30	0.00
Cezalandırılma	0.17	0.07	0.15	2.28	.023*
Duyguları Bastırma	-.301	0.08	-.250	-3.53	.000**
Ayrıcalık/ yetersiz Öz D.	0.23	0.06	0.24	3.84	.000**
Duygusal Yoksunluk	-.317	0.10	-.259	-3.12	.002**
Terk Edilme	0.36	0.11	0.27	3.09	.002**
Başarısızlık	-.185	0.08	-.169	-2.20	.028*
Kendini Feda	0.17	0.08	0.14	2.14	.032*
R= 0.40 R ² = 0.16 Sd:7/359 F: 10.25 p=.000**					

*<0.05; **<0.01

Tablo 27 incelendiğinde Kişiler Arası İletişim Ölçeğinin Besleyici Tarz Alt Boyutunun Young Şema Ölçeği alt boyutunu pozitif yönde anlamlı bir şekilde yordadığı tespit edilmiştir. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz alt boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları Tablo 28’de verilmiştir.

Tablo 28: Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçları

Değişken	B	Standart		t	p
		Hata B	Beta		
Sabit	0.94	0.98	-	0.96	0.33
Kusurluluk	0.88	0.09	0.60	9.66	.000**
Terk Edilme	0.38	0.10	0.21	3.67	.000**
Duygusal Yoksunluk	-.329	0.08	-.202	-3.90	.000**
Cezalandırılma	-.222	0.05	-.142	-3.94	.000**
Duyguları Bastırma	0.16	0.07	0.10	2.24	.025*
İç İç Geçme/ Bağlılık	0.17	0.07	0.14	2.32	.021*
Yüksek Standartlar	0.16	0.08	0.07	2.01	.045*
R= 0.82 R ² = 0.68 Sd:7/359 F: 110.78 p=.000**					

*<0.05; **<0.01

Tablo 27 ve Tablo 28’de aşamalı Regresyon analizi uygulanmıştır. Regresyon analizine Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu puanlarının yordayıcıları, Young Şema Ölçeği alt boyutu puanları tahsis edilmiştir. Kurulan modelin istatistiksel olarak anlamlı çıktığı görülmektedir ($F(7-359) = 10.254, p = .000$). Tablo 27’ye göre Young Şema Ölçeğinin, Cezalandırılma, Duyguları Bastırma, Ayrıcalık/ yetersiz Öz D., Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Başarısızlık ve Kendini Feda alt boyutu puanlarının Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının %16,4’ünü açıkladığı tespit edilmiştir. Young Şema Ölçeğinin, Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının yordayıcısı olarak Cezalandırılma ($\beta = .153, t = -2.284, p = .023$), Duyguları Bastırma($\beta = -.250, t = -3.533, p = .000$), Ayrıcalık/ yetersiz Öz D. ($\beta = .241, t = 3.841, p = .000$), Duygusal Yoksunluk ($\beta = -.259, t = -3.127, p = .002$), Terk Edilme($\beta = .275, t = 3.093, p = .000$), Başarısızlık ($\beta = -.169, t = -2.206, p = .028$) ve Kendini Feda ($\beta=.149, t = 2.147, p = .000$) alt boyutu puanlarını yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Tablo 28’e göre Young Şema Ölçeğinin, Cezalandırılma, Duyguları Bastırma, Ayrıcalık/ Yetersiz Öz D., Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Başarısızlık ve Kendini Feda alt boyutu puanlarının Evlilik Uyum Ölçeği puanlarının %68.4’ünü açıkladığı belirlenmiştir. Young Şema Ölçeğinin, Evlilik Evlilikte Uyum Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak Kusurluluk ($\beta = .601, t = 9.669, p = .000$), Terk Edilme ($\beta = .215, t = 3.673, p = .000$), Duygusal Yoksunluk ($\beta = -.202, t = -3.907, p = .000$), Cezalandırılma ($\beta = -.142, t = -3.947, p = .002$), Duyguları Bastırma ($\beta = .104, t = 2.249, p = .000$), İç İç Geçme/ Bağımlılık ($\beta = .147, t = 2.322, p = .021$) ve Yüksek Standartlar ($\beta=.166, t = 2.010, p = .045$) alt boyutu puanlarını yordadığı görülmektedir.

BÖLÜM 4: TARTIŞMA

Bu bölümde çalışmadan elde edilen bulgular literatürdeki benzer araştırmalarla karşılaştırılarak tartışılmıştır. Bu başlık altındaki alt başlıklarda çalışmada kullanılan ölçeklerin demografik değişkenlere göre değişimine ve ölçekler arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlara yer verilmiştir.

4.1.Evlilik Uyumunun Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Çalışmada evlilik uyumunu etkileyen faktörlerden olduğu düşünülen cinsiyet değişkenine göre anlamlı bir farklılığın olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Evlilik uyumu alt boyutlarından olan ilişki tarzı boyutunda cinsiyete göre anlamlı farklılık olduğu tespit edilmiştir. Erkeklerin ilişki tarzı puanlarının, kadınlardan daha yüksek olduğu belirlenmiştir. Literatür incelendiğinde çalışmadan elde edilen bulguya benzer biçimde evlilik uyumunun cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık gösterdiği çalışmalar bulunmaktadır (Şener ve Terzioğlu, 2008; Gökmen, 2001; Durmuş ve Baba, 2014). Buna karşın çalışmadan elde edilen bulgudan farklı olarak evlilik uyumunun cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşan çalışmalar bulunmaktadır (Çelik ve Tümkaya, 2012; Çınar, 2008; Erdinç, 2018; Demir-Erbil ve Hazer, 2018; Günay (2007); Çelik (2006); Çağ ve Yıldırım, 2013; Karabağ, 2019; Yavuz, 2019; Jose, 2007; Şendil ve Korkut; 2008; Kabasakal ve Soylu, 2016). Literatürde incelenen ilgili çalışmalarda araştırma bulgusuna benzer ve farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar yer almaktadır. Çalışmada erkeklerin evlilikteki ilişki tarzı puanlarının kadınlardan daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Bunun sebebinin kadınların evlilik ile birlikte artan sorumluluğunun evlilik uyumunu olumsuz etkilemiş olmasından kaynaklı olduğu söylenebilir. Buna karşın erkeğin evlilikle birlikte daha düzenli bir hayata sahip olması onun evlilik uyumunu olumlu yönde etkilemiş olabilir. Hortoçsu (1991), erkeklerin kadınlara göre duygusal olarak kendilerini açmaları ve kendilerini ifade etme çabalarının daha az olması sebebiyle kadınların gözünde evliliğin, sorunlu ve uyumsuz olduğunu ifade etmektedir. Bu bağlamda ele alındığında kadınların sorunlara daha duygusal bakması, olumsuz duygulara odaklanarak yorumlamada bulunması ve problemleri kendi içlerinde daha çok büyütmesi sebebiyle evlilik uyumunun daha düşük olduğu düşünülmektedir. Bunun yanı sıra kadınlar çalışma hayatı, ev düzeni ve

çocuk bakımı gibi meşakkatli rolleri üstlenmektedirler. Bu durum da kadınların evlilikten daha az doyum almasına ve daha düşük evlilik uyumuna sahip olmasına sebep olmuş olabilir.

Çalışmada evlilik uyumu ile evlilik yaşı arasında anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Literatürde evlilik uyumunu evlilik yaşı değişkenine göre inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Çalışmada evlilik uyum ölçeği ve genel uyum puanları ile evlilik süresi değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Çalışmadan elde edilen bulguya benzer biçimde Ergin (2008) evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki olmadığını belirlemiştir. Düzgün (2009) de yaptığı çalışmada, evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı ilişkinin olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Buna karşın çalışmadan elde edilen bulgudan farklı olarak Yalçın (2014), evlilik uyumu ile evlilik süresi arasında anlamlı bir farklılığın olduğunu tespit etmiştir. Benzer biçimde Yıldız (2012) çalışmasında, evlilik uyumunun evlilik süresiyle ters orantılı olarak ilerlediğini, evlilik süresinin artmasının evlilik uyumunu azalttığını sonucuna ulaşmıştır.

Çalışmada evlilik uyumu ile evlilik öncesi tanışıklık süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Literatürde evlilik uyumunu evlilik öncesi tanışıklık süresi değişkenine göre inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Çalışmada evlilik uyum ölçeği puanlarının eğitim durumu değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Literatürde elde edilen bulguya benzer sonuçlara ulaşan çalışmalar bulunmaktadır. Çelik ve Tümkaya (2012) yaptıkları araştırmada eğitim durumu değişkeninin evlilik uyumunu etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Benzer biçimde Kışlak ve Çabukça (2002) ve Erbek ve diğerleri (2005) çalışmalarında eğitim düzeyi değişkenine göre evlilik uyumunda anlamlı farklılığın olmadığını tespit etmiştir. Hamamcı (2005) eğitim seviyesinin evlilik uyumu ile doyumunu etkilemediği sonucuna ulaşmıştır (akt: Çakır, 2008). Çavuşoğlu (2011) yaptığı araştırmada, eğitim durumu değişkeninin evlilik uyumunu anlamlı düzeyde farklılık oluşturmadığını tespit etmiştir. Literatürde, elde edilen bulgudan farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Yılmaz (2001)

çalışmasında aynı kültür içinde farklı sosyo-ekonomik düzeyde ve farklı eğitim düzeyindeki kişilerin evlilik uyumlarının anlamlı farklılık gösterdiği sonucuna ulaşmıştır. Şendil (2008) çalışmasında, eğitim durumundaki düşüşün evlilik uyumunu olumsuz etkilediğini ifade etmiştir. Gürsoy (2004) yaptığı çalışmada evlilik uyumunun kadınların eğitim seviyelerinin artmasıyla doğru orantılı olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çalışma sonuçlarının farklı olmasının nedeni, katılım grubundaki eğitim düzeyi farklılıkları ve kültürel değerlerin çeşitliliğinden olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada evlilikte uyum ölçeği puanlarının yaşam yeri değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaşmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Literatürde evlilik uyumunu yaşam yeri değişkenine göre inceleyen bir çalışmaya rastlanmamıştır.

Çalışmada evlilik uyumunda çocuk sayısı değişkenine göre anlamlı bir fark olmadığı belirlenmiştir. Tutarel-Kışlak ve Çabukça (2002) yaptıkları çalışmada, çocuk sayısının evlilik uyumunda etkili olmadığını tespit etmiştir. Fışiloğlu (1992) yapmış olduğu çalışmada çocuk sahibi olmanın veya olmamanın evlilik uyumunu etkilemediği sonucuna ulaşmıştır. Gürsoy (2004) araştırmasında, çocuk sahibi olmanın evlilik uyumuna bir etkisi olmadığını tespit etmiştir. Hamamcı (2005) yaptığı çalışmada çocuk sayısı değişkeninin evlilik uyumunu etkilemediğini belirlemiştir (akt: Çakır, 2008). Literatürdeki çalışmalardan elde edilen bu sonuçlar, araştırma sonucunda elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Literatürde çalışmadan elde edilen bulgudan farklı sonuçlara ulaşan çalışmalar da bulunmaktadır. Sezer (2005) yaptığı çalışmada çocuk sayısının evlilik uyumuna etkisinin olduğu sonucuna ulaşmıştır. Çavuşoğlu (2011) yaptığı çalışmada çocuğu olan kişilerin evlilik uyumunun daha yüksek olduğunu belirlemiştir. Çalışmada çocuğun varlığının evlilik uyumunda etkili olmamasının nedeni, ebeveyn rolü ve karı-koca rolünün ayrı tutulmuş olmasından kaynaklı olabileceği düşünülmektedir.

Çalışmada gelir seviyesinin evlilik uyumlarını anlamlı bir şekilde etkilemediği sonucuna ulaşılmıştır. Literatür incelendiğinde bazı araştırmalarda sosyoekonomik düzeyin evlilik uyumu üzerinde etkisinin olmadığı (Erdinç,2018; Çağ ve Yıldırım, 2013), bazı araştırmalarda ise gelir seviyesinin evlilik uyumu üzerinde belirleyici bir etken olduğu (Demir-Erbil ve Hazer,2018; Şener ve Terzioğlu, 2008) görülmektedir. Erbek ve diğerleri

(2005) yaptıkları çalışmada gelir seviyesinin evlilik uyumu üzerinde belirleyici bir rolünün olmadığını tespit etmiştir. Kışlak ve Göztepe (2011) yaptığı çalışmada gelir seviyesi ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı sonucuna ulaşmıştır. Açık (2008) tarafından yapılan araştırmada, evlilik uyumunun gelir düzeyi değişkeni açısından anlamlı farklılık göstermediği sonucuna ulaşılmıştır. Literatürdeki çalışmalardan elde edilen bu sonuçlar, araştırma sonucunda elde edilen bulguyu destekler niteliktedir. Fakat literatürde çalışmadan elde edilen bulgudan farklı sonuçlara ulaşan çalışma da bulunmaktadır. Yıldırım (1993) ve Polat (2006) yaptıkları çalışmada, gelir düzeyinin yükselmesi ile evlilik uyumunun da arttığını tespit etmiştir. Günümüz hayat şartlarında evli bireylerin uyumlu bir birliktelik sürdürmelerinde sevgi, saygı, anlayış vb. gibi güçlü bağlar bulunmaktadır. Bu bağların varlığı sebebiyle gelir düzeyinin bireylerin evlilik uyumlarında olumlu ya da olumsuz etkisinin olmadığı söylenebilir.

4.1.1. Young Şema Ölçeğinin Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Çalışmada young şema ölçeği puanlarının cinsiyet değişkenine göre anlamlı seviyede farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Çalışmamızı destekleyici bulgulara rastlanılmamıştır. Literatüre bakıldığında, erken dönem uyumsuz şemaları ile yapılan araştırmaların az sayıda olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Young şema ölçeğinin evlilik yaşı değişkenine göre incelendiğinde; young şema ölçeğinin zedelenmiş otonomi ve kopukluk şemaları ile evlilik yaşı arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Young şema ölçeği sonuçları evlilik süresi değişkenine göre incelendiğinde; young şema ölçeğinin zedelenmiş otonomi, kopukluk ve diğer yönelimlilik şemaları ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu belirlenmiştir.

Çalışmada young şema ölçeği duygusal yoksunluk, başarısızlık ve terk edilme şema alt boyutları ile evlilik öncesi tanışıklık süresi arasında anlamlı bir ilişkinin olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmada young şema ölçeği duyguları bastırma alt boyut puanlarının, eğitim durumu değişkenine göre anlamlı seviyede farklılaştığı belirlenmiştir. Lise düzeyinde

eğitim görmüş katılımcıların, duyguları bastırma alt boyutu puanlarının, ön lisans/lisans ve lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Çalışmada young şema ölçeği onay arama, cezalandırılma alt boyutu ve diğer yönelimlilik boyutu puanlarının yaşam yeri değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı sonucuna ulaşılmıştır. Büyük şehirde yaşayan katılımcıların, onay arama ve cezalandırma alt boyutu ile diğer yönelimlilik boyutu puanlarının küçük şehirde yaşayan katılımcılardan daha yüksek olduğu tespit edilmiştir.

Young şema ölçeğinin çocuk sayısı değişkenine göre incelenmesinde; young şema ölçeği Başarısızlık, Sosyal İzolasyon/ Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Terk Edilme, Dayanıksızlık, Kusurluluk alt boyutları ile kopukluk ve zedelenmiş otonomi alt boyut puanlarının, çocuk sayısı değişkenine göre istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığı belirlenmiştir. Çocuğu olmayan, tek ve iki çocuğu olan katılımcıların, Başarısızlık alt boyutu puanlarının, üç ve daha fazla çocuğu olan katılımcılardan; çocuğu olmayan katılımcıların Sosyal İzolasyon/Güvensizlik, Duyguları Bastırma, Terk Edilme, Kusurluluk, Dayanıksızlık ve Kopukluk alt boyutu puanları, üç çocuk ve daha üstüne sahip olan katılımcılardan; çocuğu olmayan katılımcıların kopukluk alt boyutu puanlarının, üç ve daha fazla çocuğu olanlardan daha yüksek olduğu görülmüştür.

Çalışmada young şema ölçeği bağımlılık, iç içe geçme, terk edilme ve kusurluluk alt boyutu puanlarının yaşam yeri değişkenine göre anlamlı düzeyde farklılaştığı tespit edilmiştir.

4.2.Kişiler Arası İlişki Tarzının Demografik Değişkenlere Göre İncelenmesi

Çalışmada kişiler arası iletişim tarzı ölçeğinin ketleyici tarz alt boyutunda cinsiyet değişkeni açısından anlamlı farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erkeklerin ketleyici tarz alt boyut puanlarının, kadınlardan daha yüksek olduğu görülmüştür. Besleyici tarz cinsiyet değişkenine göre farklılaşmadığı saptanmıştır. Göçener (2010)'in yaptığı çalışmada, kişiler arası ilişki tarzının cinsiyet değişkenine göre değiştiğini ve kadınların erkeklere göre olumlu, erkeklerin ise kadınlara göre olumsuz kişiler arası ilişki tarzına sahip oldukları

sonucuna ulaşılmıştır. Cinsiyete ilişkin ketleyici ilişki tarzında olan farklılığın, sosyalleşme süreci, cinsiyet rolleri ve kültürel farklılıklar sonucu oluşabileceğı düşünölmektedir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin evlilik yaşı değışkenine göre incelendiğinde; kişiler arası iletişim tarzı ölçeğı, ketleyici tarz alt boyutu ile evlilik yaşı arasında anlamlı ilişki olduğı belirlenmiştir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin evlilik süresi değışkenine göre incelendiğinde; kişiler arası iletişim tarzı ölçeğı, besleyici tarz ve ketleyici tarz ölçeğı alt boyutları ile evlilik süresi arasında anlamlı bir ilişki olduğı belirlenmiştir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin evlilik öncesi tanışıklık süresi değışkenine göre incelendiğinde; kişiler arası ilişki tarzı ile evlilik öncesi tanışıklık süresi arasında anlamlı bir farklılık belirlenmemiştir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin eğitim değışkenine göre incelenmesinde; besleyici ve ketleyici tarzı alt boyutu puanlarının, eğitim durumu değışkenine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcıların Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının, ilkokul ve altı ile lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcılardan daha yüksek olduğı görölmüştür. Lisansüstü düzeyde eğitim görmüş katılımcıların Ketleyici Tarz alt boyutu puanlarının, ilkokul ve altı ile lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcılardan; Önlisans/lisans düzeyinde eğitim görmüş katılımcıların ise lise düzeyinde eğitim görmüş katılımcılardan daha yüksek olduğı görölmüştür

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin yaşam yeri değışkenine göre incelenmesinde; kişilerarası iletişim tarzı ölçeğinin, yaşam yeri değışkenine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin gelir değışkenine göre incelenmesinde; kişiler arası iletişim tarzı ölçeğinin, gelir düzeyine göre farklılaşmadığı belirlenmiştir.

Kişiler Arası İlişki Tarzı Ölçeğinin çocuk sayısı değışkenine göre incelenmesinde; besleyici tarz ve ketleyici tarz alt boyutu puanlarının, çocuk sayısı değışkenine göre farklılaştığı belirlenmiştir. Çocuğı olmayan katılımcıların ketleyici tarz alt boyutu

puanlarının, tek, iki, üç ve daha fazla çocuğu olan katılımcılardan daha yüksek olduğu görölmüştür.

4.3. Young Şema Ölçeği ve Evlilikte Uyum Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışması

Young şema ölçeğinin alt boyutları ile Evlilikte Genel Uyum, Evlilikte İlişki Tarzı alt boyutu ve Evlilikte Uyum toplam puanları arasında anlamlı ilişki olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Kopukluk şema alanı ile evlilik uyumunun ilişkili olması durumunda, güvenli ve doyurucu bağlanma kurulmaması ile birlikte istikrar, güvenlik, bakım, sevgi ve ait olma gibi ihtiyaçların karşılanmaması sonucunda, kişilerin ilişkilerinde uyuma inanmadıklarından dolayı öfkelerini yansıtmada sorun yaşayabilecekleri düşünülmektedir.

Duygusal yoksunluk şemasında kişiler, duygusal yakınlık kurma ihtiyaçlarının yeterince karşılanmayacağını düşündüklerinden dolayı, bu şema boyutu evlilik uyumu ile ilişkili bulunmuştur. Duygusal yoksunluk şemasına sahip kişiler; ilgi, bakım, empati ve korunma yoksunluğu yaşamaktadır (Yoosefi ve diğeri, 2010). Bu şemaya sahip kişiler, parterlerini soğuk, mesafeli ve duygusal olarak tatmin edemeyen kişiler olarak bilinmektedir. Duygusal yoksunluk şemasında, kişinin duygusal yakınlığını karşılamadığından dolayı memnun olmamakta ve bu durumun boşanmayı düşündürebileceği ileri sürölmektedir.

Sosyal izolasyon şemasında kişiler, sosyal olarak kendilerini bir yere ait hissetmemektedir. Sosyal izolasyon/yabancılaşma şemasında, kişilerin bu durumunun sadece aile ve eşleriyle ilişkili olmadığı kabul edilmektedir (Yoosefi ve diğeri, 2010).

Güvensizlik şemasında, kişiler eşlerine güven konusunda problem yaşayabilmektedir. Bu problemlerle başa çıkma konusundaki çabaları, eşine güvenmekten kaçınma veya başkalarını istismara kadar gidebilmektedir (Young, Klosko ve Weishaar, 2003). Bu şemaya sahip olan kişiler, eşlerinin kötü, bencil ve yalancı olduğunu düşünebilmektedir. Bu sebeple kişinin eşine yakınlık ve güven konusunda problemler yaşamasının, evlilik uyumunu olumsuz etkilediği söylenebilir.

Kusurluluk/ Utanç şemasında kişi, eşinde kusurlar bulmaktadır. Bu nedenle koşulsuz sevginin olmadığını ve kimsenin koşulsuz sevmeyeceğini düşünmektedir (Young ve Gluhoski, 1997). Bu şemaya sahip kişiler, kendilerinin Kusurluluk/Utanç hissedildiğini düşündüklerinden dolayı, daha az sevilip ilgi göreceğini ve sevgi hissini aktarmakta sorun yaşayacağını düşünmektedir (akt: Stiles, 2004). Bu sebeple Kusurluluk/Utangaç şemasına sahip olan kişilerin, eşleriyle iletişimlerinde problem yaşayabilecekleri, bunu da kendi algılarında sevilmememe hissi hâkim olduğundan dolayı yaşayabilecekleri tahayyül edilmektedir. Bu şemaya sahip kişiler, eşleri tarafından yok sayıldıklarını düşünmektedir. Bundan dolayı, bu şemaya sahip kişilerin düşük evlilik uyumuna sahip olduğu söylenebilir.

Terk edilme şemasına sahip kişilerde ise; kişiler eşlerine çok bağımlıdır ya da istikrarsızdır. Bu kişilerde, partnerlerinin onları terk edip gideceği endişesi taşıdıkları için partnerlerine boğucu bir bağlılıkları söz konusudur ve böyle bir durumda evlilik uyumunun olumsuz etkilendiği düşünülmektedir. Yoosefi ve diğerleri (2010) çalışmasında; terk edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, güvensizlik/istismar edilme şemalarında yüksek puan alan kişilerin, boşanma olasılıklarının daha yüksek olduğu bulgusuna ulaşmıştır. Stiles (2004) araştırmasında, terk edilme/istikrarsızlık şemasıyla uzak mesafe ilişkisini anlamlı bulmuştur. Bu şeması aktif olan kişiler, partnerlerinin onları başkaları için terk edeceklerini düşünmektedir (Yoosefi ve diğerleri, 2010).

Zedelenmiş otonomi şema alanı ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Bu şema alanına sahip kişilerin, bağımsız hareket edebilmede ve sorumluluklarını yerine getirebilmede sorun yaşadıkları görülmüştür. Bu kişilerin, eşlerine karşı da görevlerini yerine getirmekte zorlanabileceği düşünülmektedir.

Başarısızlık şemasında kişilerin iş ve kariyerlerinde başarı odaklı olmasının, yakın ilişkileri ve evliliği olumsuz etkileyeceği düşünülmektedir. Başarısızlık şema boyutuna sahip kişilerin, başarısızlık yaşadığı durumlarla başa çıkmaya göre ilişkilerinde daha az çaba gösterebileceği düşünülmektedir.

Dayanısızlık şemasında ise kişilerin bir felaket, dışsal ve duygusal bir sorun yaşayacağı endişelerinden dolayı kaygılarının fazla olması, evlilik hayatına da

yansıyacağından evlilik uyumunu olumsuz etkileyebilmektedir. Bu şemaya sahip kişiler, çocuk sahibi olmak istemeyebilir ve bu durum evlilik için olumsuz bir sonuç doğurabilmektedir (Yoosefi ve diğerleri, 2010).

İç içe geçme bağımlılık şemasına sahip kişilerin, şemanın doğası gereği ebeveyn veya yakın ilişki içinde olduğu kişiye aşırı derecede bağımlı olduğu görülmektedir. Bu nedenle kişinin eşine karşı bağımlı olma ve eşiyle bir problem yaşanması durumunda, evlilik uyumunun olumsuz etkilenebileceği düşünülmektedir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanına sahip kişilerde, yeterli öz disiplin, içsel sınırlar, çatışma ve sorumluluktan kaçınma olabileceği görülmektedir.

Yetersiz öz denetim şemasına sahip kişilerin, eşleriyle olan ilişkilerinde hâkimiyet kurma ve üstün olma çabası içinde olmalarının, ilişkide sorun yaşanmasına sebep olabileceği düşünülmektedir.

Diğer yönelimlilik şema alanında, kendini feda ve onay arama şema boyutlarıyla evlilik genel uyumu ilişkili bulunmuştur. Young, Klosko ve Weishaar (2009)'a göre bu şema alanına sahip kişiler, sevgi ve onay alabilmek için kendilerinden daha çok başkalarını düşünmekte ve onların ihtiyaçlarını karşılamaya çalışmaktadır.

Kendini feda şeması, kişi eşiyle olan ilişkisinde istemediği veya memnun olmadığı durumların içinde kalmaya zorlandığında açığa çıkmaktadır. Kendini feda şemasında kişi, kendisinden önce eşinin ihtiyaçlarını karşılamaya yönelik davranışlarda bulunmaktadır. Bunun sonucunda kişi, fedakârlığıyla birlikte kendini yok saymış olmanın öfkesini duyabilmektedir.

Onay arama boyutunda ise; kişi eşinden onay almaya ve kabul görmeye değer vermektedir. Bu şema boyutunda kişinin evlilik uyumu, kişinin eşinden onay almış olmasıyla bağlantılı olarak uyum içinde olabileceği düşünülmektedir. Onay arayıcılık boyutunda kişi, partneriyle olumsuz bir durum yaşamamak için evliliklerinde daha uyumlu olmaya özen gösterebilmekte ya da onay görmek için ilişki içinde problemler çıkarabilmektedir.

Aşırı baskılama şema alanı boyutunda ise Stiles (2004), yüksek standartlar şemasının kişilerin olumlu ilişkiler kurmasına ve eş seçimi konusuna katkısının olduğunu belirtmektedir. Bu kişiler, ilişkilerinde beklentilerinin yüksek olması nedeniyle ilişkide yaşanan problemleri çözmek için çok fazla çabalamaktadır. Problemlerde çözümcü olabilecekleri gibi beklentinin yüksek olması nedeniyle sorun çıkarabilecekleri de düşünülmektedir. Bu kişiler, evliliklerinde kusursuzluk ve mükemmeliyeti aramaları sebebiyle problem yaşayabilmektedir.

Cezalandırma şema boyutunda ise kişinin ilişkilerinde aşırı affedici ya da cezalandırıcı olduğu görülmektedir. Aşırı affedici olan kişi, evliliği uyumsuz algılamayabilir fakat cezalandırıcı olan taraf ise evliliğin uyumsuzluğuna odaklanabilmekte ve eşiyle problem yaşayabilmektedir.

Duyguları bastırma şema boyutunda ise, kişiler duygularına ve davranışlarına engel olmaya çalışmaktadır. Çünkü bu kişiler, duygularını gösterdiklerinde eleştirilmekten çekinmektedir. Kişinin duygularını bastırmaya çalışması, partneriyle ilişkisinde mantıksal tarafını yansıtmaktadır. Bu durum, kişinin ilişkisinde sorunlara sebep olabilir.

Olumsuzluk/Karamsarlık şemasına sahip kişiler, olumlu durumları küçültüp olumsuza odaklandıkları için ilişkilerinde de olumsuzluklara odaklanmalarına sebep olacaktır ve bu durum ilişkide tartışmalara neden olabilir.

4.4. Young Şema Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçlarının Tartışması

Yapılan araştırmada, erken dönem uyum bozucu şema alanlarının kişiler arası ilişki tarzını yordayıp yordamadığı araştırılmış ve şema alanlarının hangi kişiler arası ilişki tarzını yordadığı sorusuna yanıt aranmıştır. Araştırma sonucunda; kişilerarası ilişki tarzında besleyici tarzın, zedelenmiş sınırlar şema alanı, diğer yönelimlilik, aşırı uyarılma ve baskılamayı yordadığı bulunmuştur.

Zedelenmiş sınırlar şema alanının besleyici ilişki tarzıyla ilişkili olmasının, kişiler arası ilişkilerde iş birliği yapma, başkalarının haklarına saygı gösterme, ilişkilerde karşılıklılık ilkesine uyma konusunda yaşanan sorunların çözülmesinde yararlı

olabileceği düşünülmektedir. Örneğin; onay arama şemasına sahip kişinin ilişki tarzının besleyici ilişki tarzında olması, kendinden çok başkalarının tepkilerine bağlı olmalarına neden olabilmektedir.

Zedelenmiş sınırlar şema alanının alt boyutunda olan yetersiz öz denetim şemasına sahip kişiler, çatışmadan ve sorumluluk almaktan kaçınmaktadır. Bu kişiler, ilişkilerde sorun çıkarmak istemeyebilir.

Diğer yönelimlik şema alanının alt boyutu olan kendini feda şemasının, besleyici ilişki tarzıyla ilişkili olması ve bu kişilerin kendi ihtiyaçlarından çok başkalarının ihtiyaçlarını karşılaması, ilişkilerinin devamlılığına katkı sağlayabilir.

Aşırı uyarılma ve baskılama şema alanının besleyici ilişki tarzıyla ilişkisinde, kişilerin kendi yaşamlarıyla ilgili katı ve içselleştirilmiş kuralların, mutluluk, kendini feda, ve rahatlama duygularının ilişkileri yürütebilmede olumlu bir katkısı olabilir.

Yüksek standartlar şemasında ise kişi; kınama, eleştirilme veya utançtan kaçınmak için ilişkide besleyici ilişki tarzını benimseyebilmektedir.

4.5. Evlilikte Uyum Ölçeği ve Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Arasındaki İlişkinin İncelenmesine Yönelik Pearson Korelasyon Analizi Sonuçların Tartışması

Kişiler arası ilişki tarzı ölçeği ketleyici tarz boyutu ile evlilikte uyum ölçeği arasında anlamlı bir ilişki olduğu belirlenmiştir. Literatürde, araştırmamızı destekleyici sonuçlar bulunamamıştır.

4.6. Evlilik Uyum Ölçeği Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması

Young Şema Ölçeğinin Evlilik Uyumu Ölçeği puanlarının yordayıcısı olarak Duygusal yoksunluk, Dayanıksızlık ve Başarısızlık alt boyutu puanlarını yordadığı görülmüştür.

Duygusal yoksunluk şemasına sahip olan kişiler, duygusal olarak yakınlık kurmakta zorluk yaşayabilmektedir. Duygusal yoksunluk şemasında kişiler; empati, ilgi, duygu ve destek yoksunluğu yaşamaktadır. Bu şemaya sahip kişiler, yalnızlık, acı ve üzüntü

hissedebilmektedir. Duygusal yoksunluk şemasına sahip kişilerin eş seçiminde, soğuk ve mesafeli ya da duygusal olarak destek olmayan eş seçimleri yaptıkları belirtilmiştir (Yoosefi ve diğerleri, 2010). Duygusal yoksunluk şemasında kişilerin, eşlerinden gerekli duygusal yakınlığın karşılanmayacağını düşünmesi evlilik uyumunu olumsuz etkileyebilir.

Dayanıksızlık şemasına sahip olan kişilerin, dışsal ve duygusal bir sorun yaşadıklarında bununla baş edememe düşüncesinden dolayı, evlilik hayatında karşılaşılabilecek sorunlarda kaygılarının daha fazla olacağı beklenmektedir. Bu durum, evlilik uyumunu etkileyebilir.

Başarısızlık şemasına sahip kişilerde; odak nokta başarısızlık olduğu için yakın ilişkilerinde ve eşiyle olan ilişkisinde bir problem yaşadıklarında, kişiler bu durumu kendi başarısızlığı olarak yorumlayabilmektedir. Aynı zamanda bu şemaya sahip kişiler, sorunu çözmek ve durum ile başa çıkmak için daha az çaba gösterebileceğinden evlilik uyumu etkilenmektedir.

4.7. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz Alt Boyutu Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarıncı Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması

Young Şema Ölçeğinin, Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Besleyici Tarz alt boyutu puanlarının yordayıcısı olarak Cezalandırılma, Duyguları Bastırma, Ayrıcalıklı/Yetersiz Öz Denetim, Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme, Başarısızlık ve Kendini Feda alt boyutu puanlarını yordadığı görülmüştür.

Cezalandırma şemasına sahip kişilerin ilişkilerinde, aşırı affedici rol üstlendikleri ve besleyici ilişki tarzını benimsedikleri görülmektedir.

Duyguları bastırma şemasına sahip kişilerin duygu ve davranışlarına engel olmaya çalışması, ilişkide sorunların konuşulmasını ve tartışılmasını baskılamıştır. Coşkulu ve dışa vurmak yerine, duygusal olarak stabil ve duygular konusunda denetimci yapıda olmalarından kaynaklı ilişkide besleyici ilişki tarzına yatkın oldukları anlaşılmaktadır.

Ayrıcalıklı /Yetersiz Öz Denetim şemasına sahip kişiler; ilişkilerde hakimiyet kurma ve üstün olma çabası içinde oldukları için bu durum ilişkilerinde çok fazla sorun yaşamalarına neden olabilmektedir. Bu durum, kişilerin besleyici ilişki tarzlarına etki edebilmektedir.

Duygusal yoksunluk şemasına sahip kişiler; duygusal yakınlık ihtiyaçlarının yeterince karşılanmayacağını düşündüklerinden dolayı besleyici ilişki tarzları etkilenmektedir.

Terk edilme şemasına sahip kişilerin terk edilme korkusu yaşamaları, ilişkilerinde besleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

Başarısızlık şemasına sahip kişiler, başarı odaklı olmalarından dolayı ilişkileri de başarılı olmak için yürütebilmektedir. Bu durum besleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

Kendini feda şemasına sahip kişilerin, ilişkilerde kendi ihtiyaçlarından çok başkalarının ihtiyaçlarını karşılamaya çalışması, ilişkilerin devamlılığı açısından besleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

4.8. Kişiler Arası İletişim Tarzı Ölçeği Ketleyici Tarz Puanlarının Young Şema Ölçeği Alt Boyutu Puanlarınca Yordanmasına İlişkin Çoklu Aşamalı Regresyon Analizi Sonuçlarının Tartışması

Young Şema Ölçeğinin, Kişiler arası iletişim tarzı ketleyici tarz puanlarının yordayıcısı olarak Kusurluluk, Terk Edilme, Duygusal Yoksunluk, Cezalandırma, Duyguları Bastırma, İç İç Geçme/ Bağımlılık ve Yüksek Standartlar alt boyutu puanlarını yordadığı görülmüştür.

Kusurluluk/ Utanç şemasına sahip kişilerin; ilişkilerine yönelik kusurlar bulacağı, bu nedenle koşulsuz sevgi göremeyeceklerine dair düşünceleri olabilmektedir. Bu sebeple, bu kişilerin ilişki tarzlarının ketleyici ilişki tarzına etki edebileceği görülmektedir.

Terk edilme şemasına sahip kişiler; ilişkilerinde terk edilme korkusu yaşadıkları için ilişkilerinde çok boğucu olabilmekte ya da terk edilme korkusuyla ilişki kurmak istememektedir. Bu durum kişilerin ketleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

Duygusal yoksunluk şemasına sahip bireyler; ilişkilerinde duygusal yakınlık ihtiyaçlarının karşılanmayacağını ve duygusal olarak tatmin olmayacaklarını düşünebilmektedir. Bu durumun da bireylerin ketleyici ilişki tarzına olumsuz bir etkisinin olabileceği söylenebilir.

Cezalandırma şemasına sahip kişilerin ilişkilerde cezalandırıcı olmasının, ketleyici ilişki tarzına etkisi olabilmektedir.

Duyguları bastırma şemasına sahip kişilerin duygu ve davranışlarına engel olmaya çalışması, kişide öfke oluşturabilmekte ve bundan dolayı kişilerin ketleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

İç içe geçme/ Bağımlılık şemasına sahip kişiler, şema doğası gereği ilişkilerinde aşırı derecede bağımlı olduklarından dolayı ketleyici ilişki tarzında etkili olabilmektedir.

Yüksek standartlar şemasına sahip kişiler; kınama, eleştirilme ve utançtan kaçınmak için ilişkiden uzaklaşabildiğinden dolayı ketleyici ilişki tarzına etki edebilmektedir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Araştırmada elde edilen sonuçlar aşağıda yer almaktadır;

- Evlilik uyumu cinsiyet boyutuyla bakıldığında, erkeklerin evlilikte kadınlara göre daha uyumlu olduğu ve evlilik süresinin evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Evlilik uyumunu çiftlerin yaşının etkilemediği saptanmıştır.
- Tanışıklık süresinin evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Çiftlerin eğitim düzeyinin evlilik uyumunu etkilemediği saptanmıştır.
- Evlilik uyumunu yaşam yeri değişikliğinin etkilemediği saptanmıştır.
- Çocuk sayısının evlilik uyumunu etkilemediği saptanmıştır.
- Çiftlerin gelir durumunun evlilik uyumunu etkilemediği saptanmıştır.
- Başarısızlık, sosyal izolasyon / güvensizlik, gibi uyumsuz şemalarının evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Duyguları bastırma, terk edilme, kusurluluk, dayanıksızlık gibi uyumsuz şemalarının evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Cezalandırılma ve dışa yönelimin kişilerin evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Duygusal yoksunluk, başarısızlık, terk edilme ile evlilik öncesi tanışıklık süresi arasında anlamlı bir ilişkiden dolayı evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.
- Kişiler arası ilişki tarzlarının evlilik uyumunu etkilediği saptanmıştır.

Evlilik uyumunun sağlanması adına kamusal olarak açılacak aile danışmanlığı merkezleri, evliliği ve aileyi sorunların çözümü noktasında iyileştireceği için aile yapısını güçlendirecektir. Aynı zamanda aile mahkemelerinde görevlendirilen aile danışmanları ile birlikte çalışılması sonucunda, boşanmalar daha sağlıklı bir şekilde gerçekleşeceğinden aile yapısı da iyi yönde etkilenecektir. Erken dönem uyumsuz şemalarla çalışıldığında, evlilik uyumunun pozitif yönde etkileneceği düşünülmektedir. Eşlerde birbirlerinin şemaları hakkında farkındalık oluştuğunda, eşlerin birbirlerine karşı olan davranışları da bu çizgide

olumlu olarak değişecektir. Eşlere şemalar hakkında kazandırılacak farkındalık ile evlilik uyumu olumlu yönde ilerleyecektir.

Kişilerin yaşadıkları erken dönem uyumsuz şemaları tüm hayatı etkilemektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar, kişinin hayatı boyunca yakın ilişkilerinde benliğini, anı, duygu ve düşünceleri gibi içsel durumları yorumlama ve algılama tarzlarını etkilemektedir. Yakın ilişki olarak evlilik, kişinin hayatının büyük bir bölümünü teşkil etmektedir. Evlilikte bu şemalar eşlerin birbirlerine karşı olan tutumlarını, davranışlarını ve algılarını etkilemektedir. şemalar, değişime dirençli, katı, rasyonel ve işlevsel olmayan yapılar olduğundan dolayı yakın ilişkileri etkilemektedir. Eşlerin birbirlerine karşı davranışları ve erken dönem uyumsuz şemaların rolünün değerlendirilmesi gerekmektedir. Bundan dolayı evlilik uyumu ve aile yapısının güçlenmesi adına, eşlerin karşılıklı olarak erken dönem uyumsuz şemaları üzerinde çalışılmalıdır. Bağlanma sorunları ve evlilik çatışmalarında, şema terapi, sorunların çözölmesine yardımcı olacaktır. şema terapi ile kişiler ve evlilikleri daha sağlıklı ilerlemektedir. Fakat şema terapi, Türkiye’de yaygın olmamakla birlikte yeni bir branş olmasına rağmen hızlı bir şekilde yayılmaktadır. Literatür incelendiğinde, uyumsuz şemalar ile ilgili çalışmaların yeterli olmadığı görölmektedir.

Araştırma sonuçlarına bakıldığında, çalışmanın özellikle aile danışmanları, psikologlar ve ruh sağlığı alanında çalışanlara fayda sağlayacağı düşünölmektedir. Evlilik ve aile sorunları ile ilgili uzman kişilere başvuran kişilerin danışmanlık süresince yaşadıkları sorunlar, erken dönem uyumsuz şemaları evlilik ile bütünleştirilerek değerlendirilebilir.

KAYNAKÇA

Kitaplar

- Arntz, A. (2016). *Uygulamada şema terapi: şema mod yaklaşımına giriş rehberi*. Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Ateş, R. E. (2004). *Evlilik Okulu*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Beck, A. (1967). *Depression: causes and treatment*. Philadelphia. University of Pennsylvania Press.
- Beck, A. (2015). *Anksiyete bozuklukları ve fobiler: Bilişsel bir bakış açısı*. (T. Özakkaş V. Öztürk, Çev.). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Burns, D. (2018). *Panik atakta ilaçsız yeni anksiyete terapisi*. İstanbul: Psikonet.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö.E., Karadeniz, Ş. & Demirel, F. (2020). *Bilimsel araştırma yöntemleri* (28.Baskı). Ankara: Pegem Yayınları.
- Cüceloğlu, D. (2000). *İçimizdeki çocuk*. İstanbul: Remzi Kitabevi.
- Ersanlı, K., & Kalkan, M. (2008). *Evlilik ilişkilerini geliştirme kuram ve uygulama*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Eryılmaz, A. (2014). *Mutluluk için başucu kitabı: kuramdan uygulamaya pozitif psikoloji*. Ankara: Pegem Kitabevi.
- Farrell,J.M., Reiss, N., & Shaw,I.A. (2018). *Şema terapi klinisyenin rehberi*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Fennell, M. (2015). *Özgüveni keşfedin*. İstanbul: Psikonet.
- Güney, S. (2000). *Davranış bilimleri*. İstanbul: Nobel Yayınevi.

- Haley, J. (1988). *İletişim psikolojik sorunlar ve psikoterapi*. İstanbul: Çark Kitabevi Yayınları.
- Hortaçsu, N. (1991). *İnsan ilişkileri*. Ankara: İmge Kitabevi.
- Karaosmanoğlu, A. H. (2018). *Eyvah kötü bişey olacak*. İstanbul: Psikonet.
- Kavuncu, N. V. (2006). *Kadın erkek ilişkilerinde sorunlar ve çözümler*. İstanbul : Morpa Yayınları.
- Kaya, A. (2018). *Kişilerarası ilişkiler ve etkili iletişim*. Pegem Atıf İndeksi.
- Kessler, H., & Yalow, I. (2006). *Evlilik terapisi*. İstanbul: Prestij Yayınları.
- Miller, A. (2015). *Beden asla yalan söylemez*. İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Minibaş, Y. D. (2017). *Güvenli Davranış*.
- Özgüven, İ. E. (2000). *Evlilik ve aile terapisi*. Ankara: Nobel Akademik Yayıncılık.
- Özgüven, İ. E. (2001). *Ailede iletişim ve yaşam*. Ankara: Pdrem Yayınları.
- Özügurlu, K. (1985). *Evlilik raporu*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Özügurlu, K. (2013). *Evlilik raporu*. İstanbul: Altın Kitaplar Yayınevi.
- Rafaeli, E. B. (2013). *Şema terapi ayırıcı özellikler*. İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Rafaeli, E. B. (2017). *Şema terapi ayırıcı özellikleri*. İstanbul: Psikonet.
- Roediger, E. (2015). *Şema terapi nedir: şema terapinin temellerine, modellerine ve uygulamasına giriş*. (S. Ataman, Çev.). Ankara: Nobel Yayıncılık.
- Şahin, N. H., Çeri, Ö., Düzgün, G., Ergün H., Karslı, E., Koç V., Örfli, P. ve Uzun, C. (2007). *Kişilerarası Tarz Ölçeği*. Ankara: Yayımlanmamış Çalışma.

- Tabachnick, B. G., & Fidell, L. S. (2013). *Using multivariate statistics*, 6th Ed. Northridge, CA: California State University.
- Tarhan, N. (2014). *Aşk terapisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Tarhan, N. (2015). *Evlilik psikolojisi*. İstanbul: Timaş Yayınları.
- Young J. E., & K. J. (2019). *Şema terapi: Uygulayıcı rehberi*. Tuğrul Veli Soylu (Çev.). . İstanbul: Litera yayıncılık.
- Young, J. E. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: a schema-focused approach*. Sarasota: FL. Professional Resource Press.
- Young, J. E. (1999). *Young schema questionnaire: Short version*. New York, NY: Cognitive Therapy Center of New York.
- Young, J. E. (2003.). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: Guilford Press.
- Young, J. S., Klosko, J.S. ve Weishaar M. E. (2017). *Şema terapi*. İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Young, J. E., Klosko, J.S. (2018). *Hayatı yeniden keşfedin* (18. basım). (Çev. S. Kohen, D. Güler). İstanbul: Psikonet Yayınları.

Süreli yayınlar

- Arkar, H. (1992). Beck'in depresyon modeli ve bilişsel terapisi. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*, 5(1-3), 37-40.
- Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2013). Relational and personal predictors of marital satisfaction. *Türk psikolojik danışma ve rehberlik dergisi*, 4(39), 13-23.
- Çelik, M., & Tümkaya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.

- Çelik, M., & Tümkeya, S. (2012). Öğretim elemanlarının evlilik uyumu ve yaşam doyumlarının iş değişkenleri ile ilişkisi. *Ahi Evran Üniversitesi Kırşehir Eğitim Fakültesi Dergisi*, 13(1), 223-238.
- Denga, D. L. (1982). Childlessness and marital adjustment in northern nigerian. *Journal of Marriage and Family*, 3(44), 799-802.
- Doğan, T., & Sapmaz, F. (2012). Kişilerarası ilişki tarzları ve öznel iyi oluş. *Türk Eğitim Bilimleri Dergisi*, 10(3), 585-602.
- Durmuş, E., & Baba, E. (2014). Evli çiftlerin duygusal zeka düzeyleri ile evlilik uyumlarının karşılaştırılması. *Çukurova Üniversitesi sosyal bilimler enstitüsü dergisi*, 23(1), 352-369.
- Ekşi, H., & Kahraman, Z. (2012). Bir evlilik ve aile hayatı eğitim programının evli kadınlarda evlilik uyumuna ve aile sistemine etkisi. *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 36, 129-145
- Erbek, E., Beştepe, E., Akar, H., Eradamlar, N., & Alpkan, R. L. (2005). Evlilik uyumu. *Düşünen Adam*, 18(1), 39-47.
- Erbil, D. D., & Hazer, O. (2018). Çalışan bireylerin evlilik uyumlarının incelenmesi. *International journal of eurasian education and culture*, 3(5), 99-116.
- Erözkan, A. (2009). Ergenlerde yalnızlığın yordayıcıları. *İlköğretim Online*, 8(3): 809-819.
- Erözkan, A. (2009). Lise öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcıları. *Selçuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, (21), 543-551.
- Erözkan, A. (2009). Üniversite öğrencilerinin kişiler arası ilişki tarzları ve mizah tarzları. *Dokuz Eylül Üniversitesi Buca Eğitim Fakültesi Dergisi*, (26), 56-66.

- Ertürk, İ. Ş., & Kaynar, G. (2017). Kişilik bozukluklarında şema terapi yaklaşımı. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 6(12), 97-114.
- Fışıloğlu, H. (1992). Lisans üstü öğrencilerinin evlilik uyumu. *Psikoloji Dergisi*, 7(28), 16-23.
- Gülsün, M., Ak, M., & Bozkurt, A. (2009). Psikiyatrik açıdan evlilik ve cinsellik. *Psikiyatriye Güncel Yaklaşımlar*, 1(1), 68-79.
- Güngör, H. C., & İlhan, T. (2008). Evlilik uyumu ve mizah tarzları arasındaki ilişkiler. *Aile ve Toplum Dergisi*, 4(13), 97-106.
- Halat, İ., & Havardaoğlu, S. (2011). The relationship between forms and durations of relationships and attachment styles of couples. *Social and Behavioral Sciences*, 30, 2567-2574.
- Hasta, D., & Güler, M. E. (2013). Saldırganlık: Kişilerarası ilişki tarzları ve empati açısından bir inceleme (Aggression: An Investigation in Terms of Interpersonal Styles and Empathy). *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi (Ankara University Journal of Social Sciences)*, 4(1).
- Hawke, L. D., & Provencher, M. D. (2011). Schema theory and schema therapy in mood and anxiety disorders: A review. *Journal of cognitive psychotherapy*, 25(4), 257-276.
- Hünler, O. S., & Gençöz, T. (2003). Boyun eğici davranışlar ve evlilik doyumu ilişkisi: Algılanan evlilik problemleri çözümünün rolü. *Türk Psikoloji Dergisi*, 18(51), 99-108.
- Jose, O., & Alfons, V. (2007). Do demographics affect marital satisfaction. *Journal of sex & marital therapy*, 33, 73-85.

- Kabasakal, Z., & Soylu, Y. (2016). Evli bireylerin evlilik doyumunun cinsiyet ve eş desteğine göre incelenmesi. *Eğitim ve öğretim araştırmaları dergisi*, 5(4), 208-214.
- Kapçı, E. G., & Hamamcı, Z. (2010). Aile işlevi ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Klinik Psikiyatri*, 13(3), 127-136.
- Karabacak-Çelik, A., & Topkaya, N. (2018). Üniversite öğrencilerinde kişilerarası ilişki tarzlarının yordayıcısı olarak beş faktörlü kişilik özellikleri. *OPUS Uluslararası Toplum Araştırmaları Dergisi*, 9(16), 138-159..
- Karadağ, G., Güner, İ., Çuhadar, D., & Uçan, Ö. (2008). Gaziantep üniversitesi sağlık yüksekokulu hemşirelik öğrencilerinin benlik saygıları. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 3(7), 29-42.
- Kışlak, Ş. T., & Çabukça, F. (2002). Empati ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 5(5).35-42.
- Kışlak,Ş. T.,& Göztepe, I. (2011). Duygu dışı vurumu empati, depresyon ve evlilik uyumu arasındaki ilişkiler. *Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 3(2), 27-46.
- Kışlak, T. Ş. (1997). Evlilik uyumu ile nedensellik ve sorumluluk yüklemeleri arasındaki ilişkiler. *Türk Psikoloji Dergisi*, 12(40), 55-64.
- Kışlak, T. Ş. (1999). Evlilikte Uyum Ölçeğinin (EUÖ) güvenirlik ve geçerlik çalışması. *Psikiyatri Psikoloji Psikofarmakoloji Dergisi*, 7(1), 50-57.
- Kömürcü, B., & Gör, N. (2016). Erken dönem uyumsuz şemalar ve kaygı üzerine bir derleme. *Nesne Psikoloji Dergisi*, 4(8), 183-203.
- Kublay, D., & Oktan, V. (2015). Evlilik uyumu: Değer tercihleri ve öznel mutluluk açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 5(44), 25-35.

- Locke, E. A. (1968). Toward a theory of task motivation and incentives. *Organizational behavior and human performance*, 3(2), 157-189.
- Martin, R., & Young, J. (2010). Schema therapy. *Handbook of cognitive-behavioral therapies*, 317.
- Sabatelli, R. M. (1988). Exploring relationship satisfaction: A social exchange perspective on the interdependence between theory, research, and practice. *Family Relations*, 217-222..
- Sardoğan, M. E., & Karahan, T. F. (2005). Evli bireylere yönelik bir insan ilişkileri beceri eğitimi programı'nın evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine etkisi. *Ankara University, Journal of Faculty of Educational Sciences*, 38(2), 89-102.
- Schmidt, N. B., Joiner, T. E., Young, J. E., & Telch, M. J. (1995). The schema questionnaire: Investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive therapy and research*, 19(3), 295-321.
- Sezer, Ö. (2005). Kadınların uyum düzeylerinin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 3 (23),87-98.
- 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),74-85.
- Stein, K. F. (1995). Schema model of the self- concept. *Image: The Journal of Nursing Scholarship*, 27(3), 187-193.
- Şendil, G., & Korkut, Y. (2008). Evli çiftlerdeki çift uyumu ve evlilik çatışmasının demografik özellikler açısından incelenmesi. *Psikoloji Çalışmaları*, 28, 15-34.

- Şener, A., & Terzioğlu, G. (2008). Bazı sosyo-ekonomik ve demografik değişkenler ile iletişimin eşler arası uyuma etkisinin araştırılması. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 13(13), 8-9.
- Yalçın, H. (2014). Evlilik uyumu ile sosyo-demografik özellikler arasındaki ilişki. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1): 250-261.
- Yıldırım, İ. (1993). Farklı sosyo- ekonomik düzeydeki evli bireylerin uyum düzeyleri. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1(4), 23-29.
- Yılmaz, A. (2001). Eşler arasındaki uyum: Kuramsal yaklaşımlar ve görgül çalışmalar. *Sosyal Politika Çalışmaları Dergisi*, 4(4),48-57.
- Yoosefi, N., Etemadi, O., Bahrani, F., Fatehizade, M. A. ve Ahmadi, S. A. (2010). An investigation on early maladaptive schema in marital relationship as predictors of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51, 269-292.

Diğer Yayınlar

- Açık, Ö. (2008). Evlilik uyumu ve bağlanma stilleri arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ege Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir.
- Akar, H. (2005). Psikiyatr yardım talebi olanlar yardım talebi olmayan ve boşanma aşamasında olan çiftlerde çift uyumu ve kişilik özellikleri arasındaki ilişkinin karşılaştırılması. *Tıpta Uzmanlık Tezi*, Bakırköy Prof. Dr. Mazhar Osman Ruh Sağlığı Ve Sinir Hastalıkları Eğitim Ve Araştırma Hastanesi, İstanbul.
- Aktaş, S. (2009). Eşlerden birinin kaygı düzeyi ile evlilik uyumu arasındaki ilişkisinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Boysan, M. (2012). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, başa çıkma stilleri ve öznel iyi oluş arasındaki ilişkilere yönelik bir model sınaması. *Doktora*

- Tezi*. Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitimde Psikolojik Hizmetler Anabilim Dalı Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı Ankara.
- Bozgeyikli, H. (2001). Üniversite öğrencilerinin kişilik özellikleri ile kişiler arası ilişkilerde farkında olma düzeyleri. *Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi, Konya, Selçuk.
- Curun, F. (2006). Yüklemeler, iletişim çatışmaları, cinsiyet ve cinsiyet rolü yönelimi ile evlilik doyumu arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış doktora tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Çakır, S. Y. (2008). Evli bireylerin evlilik uyumlarının ana-babalarına bağlanma düzeyleri ve demografik değişkenler açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi* Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Programı.
- Çakır, Z. (2007). Antisosyal kişilik bozukluğunda erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları arasındaki ilişkiler: şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme. *Yüksek Lisans Tezi* Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çatalkaya, Ş. (2018). Aile içi şiddet, benlik saygısı ve kişiler arası ilişki kurma arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi* İstanbul Ticaret Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul.
- Çavuşoğlu, Z. Ş. (2011). Bağlanma stilleri evlilik uyumu ve aldatma eğilimi arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çelik, M. (2006). Evlilik doyum ölçeği geliştirme çalışması. *Yayınlanmamış Doktora Tezi* Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Çınar, L. (2008). Evlilik doyumu: cinsiyet rolleri ve yardım arama tutumu. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara: Gazi Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü.

- Demir, B. (2021). Erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik belirtilerin ruminatif düşünme biçimi *Yüksek Lisans Tezi*,. İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü.
- Demirhan, Z. (2018). Yaşam amaçları belirlemede erken dönem uyumsuz şemaların etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Duman, M. (2012). Mizaç ve karakter özelliklerinin evlilik uyumu ve cinsiyet açısından incelenmesi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Mersin Üniversitesi, Mersin.
- Düzgün, G. (2009). Evli kişilerde depresyon, ilişkiye ilişkin inanç, kendini ayarlama düzeyinin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Ankara Üniversitesi, . Ankara.
- Erdoğan, İ. (2018). Evli çiftlerde, evlilik uyumu, cinsel yaşam doyumu ve yaşam doyumu arasında ki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Gelişim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü).
- Göçener, D. (2010). Üniversite öğrencilerinin güvenli bağlanma düzeyleri ile kişilerarası ilişki tarzları arasındaki ilişkiler. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü. Ankara.
- Gökmen , A. (2001). Evli eşlerin birbirine yönelik kontrolçülük ve bağımlılık algılarının evlilik doyumu üzerindeki etkisi. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Günay, S. (2007). Evlilik çatışması, nedensellik-sorumluluk yüklemeleri, eşlerin evlilik ilişkisinden sağladıkları genel doyuma ilişkin görüşleri ve evliliğe ilişkin değerlendirmeler arasındaki ilişkiler. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Gürsoy, F. Ç. (2004). Kaygı ve demografik değişkenlerin evlilik uyumu ile ilişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, Mersin Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı.
- Hatipoğlu Yanık, D. (2015). Erken dönem uyumsuz şemalar ile mizah arasındaki ilişki. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Okan Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.
- Hoxha, G. (2011). Arnavutluk ve Türkiye’deki üniversite öğrencilerinin kişilerarası ilişki ile problem çözme becerilerinin karşılaştırılması (Epoka ve Selçuk Üniversitesi örneği)”. *Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Selçuk Üniversitesi Eğitim Bilimleri Enstitüsü. Konya.
- İlk, G. (2019). Ergenlerde kişilik bozukluklarının görülme sıklığı ve erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozukluklarını yordayıcı etkilerinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı.
- İmamoğlu, S. (2008). Genç yetişkinlikte kişilerarası ilişkilerin cinsiyet, cinsiyet rolleri ve yalnızlık algısı açısından incelenmesi. *Yayınlanmamış Doktora Tezi*, Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü. İstanbul.
- Kalkan, M. (2002). Evlilik ilişkisini geliştirme programının, evlilerin evlilik uyum düzeyine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi*, On Dokuz Mayıs Üniversitesi, Samsun.
- Karabağ, S. (2019). Evli bireylerin evlilik sürelerinin cinsel doyum ve evlilik uyumu ilişkisi (*Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi*), Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.
- Karahan, N. E. (2019). Ebeveyn rolüne ilişkin kendilik algısı ile erken dönem uyumsuz şemalar ve algılanan ebeveynlik stilleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, İstanbul Aydın Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü.

- Karaosmanoğlu, A. (2018). Uz. Dr. Alp Karaosmanoğlu - Şema terapi ve klinikte kullanımı. [PED Ücretsiz Psikoterapi Eğitimleri]. <http://www.psikoterapienstitusudernegi.org.tr/beyoglu-10-01-2018-uz-dr-alp-karaosmanoglu-sema-terapi-ve-klinikte-kullanimi-soylesisi/>
- Kargın Güner, Zeynep (2014). Erken dönem uyumsuz şemalar, ilişkilerdeki bilişsel süreçler, yüklemeler, evlilikte sorunlarla başa çıkma yollarının evlilik uyumu ile ilişkisi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul: Maltepe Üniversitesi.
- Kavak, C. B. (2020). Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar ile romantik ilişkilerde obsesif kompulsif belirtiler ve ilişki doyumu arasındaki ilişki. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Kırıt, G. (2017). Romantik ilişkisi olan bireylerin ilişki doyumlarının bağlanma stilleri, benlik saygısı ve kişilerarası ilişki tarzları açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. Gaziantep.
- Polat, D. (2006). Evli bireylerin evlilik uyumları, aldatma eğilimleri ve çatışma eğilimleri arasındaki ilişkilerin bazı değişkenler açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Ankara Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- 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.
- Stiles, O. E. (2004). Early maladaptive schemas and intimacy in young adults romantic relationships. (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Alliant International University, San Francisco.
- Şen, T. (2020). Romantik ilişkileri olan bireylerin öznel iyi oluşlarının kişilerarası ilişki tarzları ve ilişki niteliği açısından incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*.

- Şener, A. ve Terzioğlu, R. S. (2002). Ailede eşler arasında uyuma etki eden faktörlerin araştırılması. *Ankara: T.C. Başbakanlık Aile Araştırma Kurumu Başkanlığı.*
- Şimşek, N. D. (2019). Yetişkin bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile sosyal kaygı arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi.* İstanbul.
- Tekin Çatal, M. (2019). Evli bireylerin evlilik değerleri, evlilik doyumu ve evlilik tipleri arasındaki ilişki. *Doktora Tezi.* Samsun.
- Tok, M. (2017). Romantik ilişki yaşantılarının ve ilişkilerde başa çıkma tarzlarının erken dönem uyumsuz şemalar açısından incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, Üsküdar Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.*
- Tomrukçu, Ç. (2010). Özel ve kamuya ait ilköğretim kurumlarında çalışan öğretmenlerin yaşam ve iş doyumu düzeyleri. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi, On Dokuz Mayıs Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Samsun.*
- Tuzcu, A. (2017). Evli bireylerde kişilik özelliklerinin evlilik uyumu ve evlilik doyumu üzerine etkisi. *Yüksek Lisans Tezi.* İstanbul Arel Üniversitesi.
- Ulusoy, Y. (2011). Investigation of interpersonal dependency tendency in terms of five-factor personality traits. *Inonu University Journal Of The Faculty Of Education (Inujfe).*
- Ustabaşı, B. (2019). Klinik psikoloji yüksek lisans öğrencilerinde kişilerarası ilişki ile danışmanlık öz-yeterliği ve problem çözme becerisi arasındaki ilişkinin belirlenmesi. *Yüksek Lisans Tezi.* İstanbul.
- Üzümcü, E. (2016). Büyüklenmeci ve kırılğan narsisistik kişilik özellikleri ile ilişkili faktörlerin şema terapi çerçevesinde incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi, Hacettepe Üniversitesi Ankara.*

- Yavuz, F. (2019). Kişilik inançlarının ve depresif belirtilerin evlilik uyumuna etkisinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Yeşiltepe, S. (2011). Öğretmenlerin evlilik uyumlarının psikolojik iyi oluş ve bazı değişkenler üzerinden incelenmesi. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*, Çukurova Üniversitesi.
- Yıldız, H. İ. (2019). Erken dönem uyumsuz şemaların sınav kaygısı. *Yüksek Lisans Tezi*. Mersin.
- Yıldız, Y. (2012). İlişkiye ilişkin inançların evlilik uyumunu yordaması. *Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi*. Muğla Sıtkı Koçman Üniversitesi. Muğla.
- Yurtsever, L. E. (2020). Çocukluk çağı travmaları ile empati düzeyleri, şiddet eğilimleri, kişilerarası ilişki tarzları ve baş etme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Yüksek Lisans Tezi*. İstanbul.
- Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: Stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. *Yüksek Lisans Tezi*, Hacettepe Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Psikoloji Anabilim Dalı Klinik Psikoloji Bilim Dalı, Ankara.
- Yüksel, Ö. (2013). Kadınlarda evlilik uyumu ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişki: stresle baş etme biçimleri ve toplumsal cinsiyet rolü tutumlarının aracı rolleri. *Yüksek Lisans Tezi*. Ankara.

EKLER

Ek 1 Sosyodemografik Form

1) Cinsiyetiniz

☐ Kadın

☐ Erkek

2) Evlenilen yaş

.....

3) Eğitim Durumunuz

☐ Okur –Yazar

☐ İlkokul

☐ Lise

☐ Önlisans/ Lisans

☐ Lisansüstü/Doktora

4) Yaşadığınız Yer

☐ Büyükşehir Belediyesi

☐ Küçük Şehir Belediyesi

5) Evlilik süreniz

.....



6) Evlilik öncesi tanışıklık süreniz

.....

7) Gelir Düzeyiniz

☐ Düşük

☐ Orta

☐ Yüksek

8) Çocuk sayınız

☐ 0

☐ 1

☐ 2

☐ 3

☐ 4

Ek 2 Kişilerarası İlişki Tarzı Ölçeği

Diğerleri ve Siz

Bu ölçek, insanlar arası ilişkilerde kullanılan iletişim tarzlarını belirlemek üzere hazırlanmıştır. Ölçeği, **gündelik hayatınızda arkadaşlarınızla birlikte olduğunuz zamanlarda genel olarak nasıl davrandığınızı düşünerek işaretleyin.** Maddelerin **doğru ya da yanlış şeklinde bir yanıtı söz konusu değildir.** Ölçekte belirtilen davranışları **yapma sıklığınıza göre** “hiç (0)”, “bazen (1)”, “sıklıkla (2)” ve “sürekli (3)” şeklinde yandaki cevap kısmına işaretleyin. Ancak her bir davranış için bunlardan yalnızca bir tanesini seçmeye dikkat edin. Tüm davranışları değerlendirmeye, hiçbir maddeyi boş bırakmamaya özen gösterin.

	Hiç	Bazen	Sıklıkla	Sürekli
1) Kendi isteklerimi ve ihtiyaçlarımı karşımdakine açıkça belli ederim	0	1	2	3
2) Fikirlerimde ve söylediklerimde ısrarcı olur karşımdakinin görüşlerini pek dikkate almam	0	1	2	3
3) Sözlerimle olmasa da diğer yollarla karşımdakilere saygı duyduğuma ve onları kabullendiğime ilişkin mesajlar veririm	0	1	2	3
4) “Neden” ve “niçin” sözcükleriyle başlayan soruları sıkça kullanırım	0	1	2	3
5) Neşeli ve yapıcı şakalar yaparım	0	1	2	3
6) İnsanlara sözle sataşmayı severim	0	1	2	3
7) Karşımdakilerin görüşlerine ve tutumlarına değer verdiğimi açıkça belli ederim	0	1	2	3
8) Kendimi diğerlerinden daha farklı ve üstün görür ve bunu belli etmekten çekinmem	0	1	2	3
9) Zor durumlarda kendime hâkim olabilir, davranışlarımı kontrol edebilirim	0	1	2	3
10) Karşımdakilerde suçluluk duygusu uyandırmayı severim	0	1	2	3
11) Diğer insanların da kendi görüşlerini ve bilgilerini aktarabilmeleri için onlara şans tanırım	0	1	2	3
12) Yaptığım şakalar genellikle yersiz olur	0	1	2	3
13) Düşüncelerim diğer kişilerininki ile uyduğunda bunu açıkça belli ederim	0	1	2	3

14) Kendimi kolayca kaybedip öfkelenirim	0	1	2	3
15) Diğer kişilerin sırlarını hiçbir açık vermeden saklarım	0	1	2	3
16) Başkalarını aşağılayıcı ve küçük düşürücü sözleri kolayca söyleyebilirim	0	1	2	3
	Hiç	Bazen	Sıklıkla	Sürekli
17) İlişkilerimde bir sorun olduğunda, bu sorunla ilgili olarak diğer kişi/kişilerle açıkça ve yapıcı bir şekilde yüzleşebilirim	0	1	2	3
18) Karşımdakilerden bir istekte bulunduğumda bunu sert bir şekilde ifade ederim	0	1	2	3
19) Konuşmalarım yapıcı ve olumludur	0	1	2	3
20) İnsanlarla ilişkilerimde “üzüm yemek yerine bağcı dövmek için” uğraşırım (üstünlük savaşına girerim)	0	1	2	3
21) Karşımdakilere içten bir ilgi duyar ve bunu açıkça belli ederim	0	1	2	3
22) Karşımdakileri istemediğim halde pohpohlarım	0	1	2	3

23) Karşımdaki insan için hissettiğim olumlu duyguları ona açıkça söyleyebilirim	0	1	2	3
24) Diğerleriyle gizli gizli alay etmeyi severim	0	1	2	3
25) <u>Düşüncelerimi</u> paylaşma konusunda dürüstümdür	0	1	2	3
26) Diğerlerinin fikirlerini onlar adına özetlerim	0	1	2	3
27) <u>Duygularımı</u> paylaşma konusunda dürüstümdür	0	1	2	3
28) Kendi görüşlerimde ısrarlıyım ve bir uzlaşma yoluna gitmem	0	1	2	3
29) Ortada tartışılan bir konu varsa, orada olan herkes görüşlerini belirtinceye kadar, tartışılan konunun kapanmasına izin vermem	0	1	2	3

30) Yalnızca kendimden söz etmekten ve böbürlenmekten hoşlanırım	0	1	2	3
31) Karşımdakilere sorduğum sorular, onlara kimin haklı ya da üstün olduğunu göstermek için değil, söylediklerini gerçekten daha iyi anlayabilmem içindir	0	1	2	3

Kaynak: Şahin, N.H., Çeri, Ö., Düzgün, G. ve ark. (2007). Kişilerarası Tarz Ölçeği. Ankara: Yayımlanmamış Çalışma.

Ek 3. Evlilikte Uyum Ölçeği

EVLİLİKTE UYUM ÖLÇEĞİ

1. Bu maddede yer alan ölçeği kullanarak, bütün yönleri ile evliliğinizdeki mutluluk düzeyini en iyi temsil ettiğine inandığınız noktayı **daire** içine alınız. Ortadaki 'mutlu' sözcüğü üzerindeki nokta, çoğu kişinin evlilikten duyduğu mutluluk derecesini temsil eder ve ölçek kademeli olarak sol ucunda evliliği çok mutsuz olan küçük bir azınlığı, sağ ucunda ise evliliği çok mutlu küçük bir azınlığı temsil etmektedir.

* * * * *

Çok Mutsuz Mutlu Çok Mutlu

Aşağıda ki maddelerde verilen konulara ilişkin olarak, siz ve eşiniz arasındaki **anlaşma ya da anlaşmazlık**

	Her zaman anlaşmaz	Hemen her zaman anlaşmaz	Ara sıra anlaşamadığımız olur	Sıklıkla anlaşamayız	Hemen her zaman anlaşamay	Her zaman anlaşamay
2. Aile bütçesini idare etme	()	()	()	()	()	()
3. Boş zaman etkinlikleri	()	()	()	()	()	()
4. Duyguların ifadesi	()	()	()	()	()	()
5. Arkadaşlar	()	()	()	()	()	()
6. Cinsel ilişkiler	()	()	()	()	()	()

7. Toplumsal kurallara uyma(doğru, iyi veya uygun davranış)

() () () () ()

8. Yaşam felsefesi

() () () () ()

9. Eşin akrabalarıyla

() () () () ()

()

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığınız bir cevabın yanındaki kutucuğu (X) şeklinde işaretleyiniz.

10. Ortaya çıkan uyumsuzluklar genellikle:

- () Erkeğin susması ile
- () Kadının susması ile
- () Karşılıklı anlaşmaya varılarak sonuçlanır.

11. Ev dışı etkinliklerinizin ne kadarını eşinizle birlikte yaparsınız?

- () Hepsini
- () Bazılarını
- () Çok azını
- () Hiç birini

12. Boş zamanlarınızda genellikle aşağıdakilerden hangisini tercih edersiniz?

- () Dışarıda bir şeyler yapmayı
- () Evde oturmayı

Eşiniz genellikle aşağıdakilerden hangisini yapmayı tercih eder?

- () Dışarıda bir şeyler yapmayı

- () Evde oturmayı

13. Hiç evlenmemiş olmayı istediğiniz olur mu?

- () Sık sık
- () Arada sırada
- () Çok seyrek
- () Hiçbir zaman

14. Hayatınızı yeniden yaşayabilseydiniz;

- ☐ Aynı kişiyle evlenirdiniz
- ☐ Farklı bir kişiyle evlenirdiniz
- ☐ Hiç evlenmediniz

15. Eşinize güvenir, sırlarınızı ona açar mısınız?

- ☐ Hemen hemen hiçbir zaman
- ☐ Nadiren
- ☐ Çoğu konularda
- ☐ Her konuda

Lütfen, herhangi bir soruyu cevaplamayı unutmadığınızı kontrol edebilir misiniz?

Ek 4 Young Şema Ölçeği Kısa Formu

Young Şema Ölçeği-Kısa Form

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Birkaç soru, anne babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri veya her ikisi şu anda yaşamıyorlarsa, bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın.

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

Derecelendirme:

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

1. ____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. ____ Beni terkedeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. ____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum
4. ____ Uyumsuzum.
5. ____ Beğendiğim hiçbir erkek/kadın, kusurlarımı görürse beni sevmez.
6. ____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum
7. ____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. ____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. ____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşitlarım kadar, başaramadım.
10. ____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. ____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. ____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. ____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.

14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hak ederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakamam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hiss ediyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hiss ediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. ____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. ____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. ____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. ____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. ____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. ____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. ____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. ____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
37. ____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. ____ Yakınlarımin beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım

39. ____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. ____ Bir yere ait değilim, yalnızım.
41. ____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. ____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. ____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. ____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. ____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. ____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. ____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. ____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. ____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. ____ İstedığımı yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. ____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım
52. ____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
53. ____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. ____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. ____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. ____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
57. ____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. ____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. ____ Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. ____ Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum-Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.
66. ____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. ____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.

68. ____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. ____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. ____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. ____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. ____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. ____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. ____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. ____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. ____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. ____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. ____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. ____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. ____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. ____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. ____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. ____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.
85. ____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyrıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. ____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. ____ Kararlarıma nadiren sadık kalabilirim.
88. ____ Bir dolu övgü ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. ____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. ____ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.

ÖZGEÇMİŞ

Seda DOĞMAZER; ilkokul, ortaokul ve lise eğitimini Tokat'ta bitirmiştir. İstanbul Medipol Üniversitesi İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi Psikoloji Bölümünü 2018'de tamamlamıştır. 2018 yılında İstanbul Kent Üniversitesi Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Klinik Psikoloji bilim dalında yüksek lisans eğitimine başlamıştır.

