

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE EBEVEYN KABUL REDDİ VE EŞ
KABUL REDDİ İLE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ
ŞEMALARIN EVLİLİK UYUMUNA ETKİSİNİN
İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zehra LÖKÇE

İstanbul
Aralık-2020

T.C.
İSTANBUL SABAHATTİN ZAİM ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
EĞİTİM BİLİMLERİ ANABİLİM DALI
REHBERLİK VE PSİKOLOJİK BİLİM DALI

**EVLİ BİREYLERDE EBEVEYN KABUL REDDİ VE EŞ KABUL
REDDİ İLE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN
EVLİLİK UYUMUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

Zehra LÖKÇE

Tez Danışmanı
Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE

İstanbul
Aralık-2020

TEZ ONAY SAYFASI

Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürlüğüne,

Bu tez çalışması, jürimiz tarafından Eğitim Bilimleri Anabilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Bilim Dalında YÜKSEK LİSANS TEZİ olarak kabul edilmiştir

Başkan Dr.Öğr. Üyesi Esra TÖRE

Üye Doç Dr. Üyesi İbrahim TAŞ

Üye Doç Dr. Müge YÜKSEL

Onay

Yukarıdaki imzaların, adı geçen öğretim üyelerine ait olduğunu onaylıyorum.

İmza

Prof. Dr. Ali Güneş

Enstitü Müdürü

BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ

Yüksek lisans tezi olarak hazırladığım “**Evli Bireylerde Ebeveyn Kabul Reddi Ve Eş Kabul Reddi İle Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Evlilik Uyumuna Etkisinin İncelenmesi**” adlı çalışmanın sonuçlandığı aşamaya kadar geçen süreçte bilimsel etiğe ve akademik kurallara özenle uyduğumu, proje içindeki tüm bilgileri bilimsel ahlak ve gelenek çerçevesinde elde ettiğimi, proje yazım kurallarına uygun olarak hazırladığımı, bu çalışmamda doğrudan veya dolaylı olarak yaptığım her alıntıya kaynak gösterdiğimi ve yararlandığım eserlerin kaynakçada gösterilenlerden oluştuğunu beyan ederim.

İmza

Zehra LÖKÇE

ÖN SÖZ

Bu çalışmada evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumuna etkisi incelenmiştir. Çalışmanın, gelecekte bu alanda yapılacak araştırmalara katkı sağlaması amaçlanmaktadır.

Yüksek Lisans ders döneminde, tüm enerjisini ve rengini çevresine yansıtarak, unutulmayan dersler işlememize vesile olan, tez yazım sürecinin her aşamasında sorularımı sabırla cevaplayan ve destek olan kıymetli hocam Dr. Öğretim Üyesi Esra Töre 'ye, katkılarından dolayı çok teşekkür ederim. Tüm hayatım boyunca, fedakarlığı ve diğerkâmlığı ile arkamda olan anneme ve bugünlere gelmemde vakur duruşuyla örnek teşkil eden rahmetli babama, eğitim hayatım boyunca emekleriyle işlerimi kolaylaştıran ablam Hatice Yıldırım'a, manevi desteğini esirgemeyen eniştem Gökhan Yıldırım'a, hayatımın önemli yapı taşlarından olup kalbi muhabbetleri ile varlığımı taçlandıran dostlarım ; Zeynep Marsil, Sümeyra Güzel ve Cevahir Tuğtekin'e, tez yazma sürecinde her daim dualarıyla güçlü hissettiren, yanımda olan; kıymetli arkadaşlarım Arzu Eraydın ve Bilge Demirkan'a, aramızdaki uzak mesafelere rağmen, her telefonda yürekten verdikleri destek ve inançla başarılarımı paylaştığım canım Firdevs Şafak ve Sibel Aydın'a, tezimi okuyarak değerli görüşlerini ileten Ümran Okan'a, yüksek lisans sürecinde, takıldığım noktalarda teknik destek veren Enes Güntürkün'e, eğitim hayatımın başlangıcından bugüne, iz bırakan, öğrenmeyi öğrendiğim öğretmenlerime, gözlerindeki ışıqla her biri keşfedilmeyi bekleyen ve ayrı birer dünya olan canım öğrencilerime, danışanlarıma, ve anketlerin doldurulmasına katkıda bulunan tüm katılımcılara, çok teşekkür ederim.

Zehra LÖKÇE

Kasım-2020

ÖZET

EVLİ BİREYLERDE EBEVEYN KABUL REDDİ VE EŞ KABUL REDDİ İLE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALARIN EVLİLİK UYUMUNA ETKİSİNİN İNCELENMESİ

Zehra LÖKÇE

Yüksek Lisans, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Tez Danışmanı: Dr. Öğr. Üyesi Esra TÖRE

Kasım-2020, 167 Sayfa

Bu çalışmada, evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumuna olan etkisi incelenmiştir. Çalışma örnekleme, uygun örnekleme yöntemi ile ulaşılan 367 evli katılımcıdan oluşmaktadır. Çalışmada, “Young Şema Ölçeği-Kısa Formu”, “Ebeveyn Kabul-Ret Ölçeği”, “Eş Kabul-Ret-Ölçeği” ve “Evlilik Uyum Ölçeği” kullanılmıştır. İlişkisel tarama modeli kullanılarak yapılan çalışmanın bulguları T-testi, ANOVA, korelasyon ve çoklu regresyon analizleri kullanılarak analiz edilmiştir. Araştırma sonucunda, evlilik uyumu ve alt boyutları ile ebeveyn kabul reddi (anne) arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ebeveyn kabul reddi (baba) ile evlilik uyumunun anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları; evlilik uyumu ile erken dönem uyumsuz şemaları ve şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Evlilik uyumunun anlaşma alt boyutu ile erken dönem uyumsuz şemalarından kopukluk şema alanı arasında; evlilik uyumunun ilişki tarzı alt boyutu ile erken dönem uyumsuz şemalarından, kopukluk, diğeri yönelimlilik, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar şema alanı arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuzluk şemaları ile ebeveyn kabul reddi (baba) ve alt boyutlarından alınan puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Anne ret algısı ile ayrılma-reddedilme şema alanı arasında

orta düzeyde ilişki, eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (anne) ve sıcaklık/şefkat alt boyutundan alınan puan arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Araştırmada evlilik uyumu anlaşma alt boyutu üzerinde etkisi bulunan değişkenlerin tespitine yönelik yapılan analiz sonucunda; ebeveyn kabul reddi (anne) alt boyutlarından sıcaklık/şefkatin ve eş kabul reddi alt boyutlarından düşmanlık/saldırganlığın anlaşma üzerinde negatif; ebeveyn kabul reddi (baba) alt boyutlarından düşmanlık/saldırganlığın anlaşma üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur. Eş kabul reddinin, erken dönem uyumsuz şema alanlarından zedelenmiş sınırların ilişki tarzı üzerinde negatif; erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından kendini feda ve yüksek standartların ilişki tarzı üzerinde pozitif ve anlamlı bir etkisi olduğu bulunmuştur.

Anahtar Kelimeler: Evlilik Uyumu, Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, Ebeveyn Kabul-Reddi, Eş Kabul-Reddi.

ABSTRACT

INVESTIGATION OF THE EFFECT OF PARENTAL ACCEPTANCE AND SPIRAL DISCLAIMER AND EARLY INCOMPATIBLE SCHEMES ON MARRIAL ADMISSION IN MARRIED INDIVIDUALS

Zehra LÖKÇE

Master Thesis, Guidance and Psychological Counseling

Supervisor: Assist. Prof. Dr. Esra TÖRE

November-2020, 167 Pages

In this study, the effects of parent acceptance rejection and spouse acceptance rejection of married individuals and the early period discord schemes on marital harmony were examined. The study sample consisted of 367 married participants who were reached with an appropriate sampling method. “Young Scheme Scale Short Form”, “Parent Acceptance-Rejection Scale”, “Spouse Acceptance Rejection Scale” and “Marital Harmony Scale” were used in the study. The findings of the study which was conducted by using the relational scanning model were analyzed with T-test, ANOVA, correlation and multiple regression analyses. As a result of the research, a significant relation in a positive way has been found between marital harmony with its sub-dimensions and parent (mother) acceptance rejection. The other positive relations have been found between parent (father) acceptance rejection and marital harmony, concord and the relationship style variable, and also between marital harmony and disconnection from the early period discord schemes and scheme areas, damaged boundaries and damaged autonomy. It has been revealed that there is a positive relation between the concord sub-dimension of marital harmony and disconnection scheme area from the early period discord schemes, and also between the relationship style sub-dimension of marital harmony and the early period discord schemes, disconnection, tendency to the other, damaged autonomy, damaged boundaries and high standards scheme area. There has been a positive relation between the early period discord schemes and parent

(father) acceptance rejection and the scores from its sub-dimensions. An average level of relation has been found between the perception of mother rejection and the separation-rejection scheme area, and a positive relation has been found between spouse and parent (mother) acceptance rejections and the score from the warmth/affection sub-dimension. As a result of the analysis carried out to determine the variables having effects on the marital harmony concord sub-dimension, the warmth/affection subdimensions of parent (mother) acceptance rejection and the hostility/aggression subdimension of spouse acceptance rejection have negative effects on the concord, and the hostility/aggression subdimension of parent acceptance rejection has a positive and significant effect on the concord. Moreover, it has been found that spouse acceptance rejection has a negative effect on the relationship style with damaged boundaries from the early period discord scheme areas as self-sacrifice and high standards from the early period discord scheme sub-dimensions have a positive and significant effect on the relationship style.

Key Words: Marital Harmony, the Early Discord Schemes, Parent Acceptance Rejection, Spouse Acceptance Rejection

İÇİNDEKİLER

TEZ ONAYI	i
BİLİMSEL ETİK BİLDİRİMİ.....	ii
ÖN SÖZ.....	iii
ÖZET.....	iv
ABSTRACT.....	vi
İÇİNDEKİLER.....	viii
TABLolar LİSTESİ.....	xii
ŞEKİLLER LİSTESİ.....	xv

BİRİNCİ BÖLÜM.....	1
GİRİŞ.....	1
1.1.Problem Durumu.....	1
1.2 Araştırmanın Amacı.....	8
1.3 Araştırmanın Önemi.....	8
1.4. Sayılıtlar/Varsayımlar.....	11
1.5. Sınırlılıklar.....	11
1.6 Tanımlar.....	11

İKİNCİ BÖLÜM.....	13
İLGİLİ LİTERATÜR.....	13
2.1. Evlilik Uyumu.....	13
2.1.1. Evlilik ve Aile.....	24
2.2. Ebeveyn Kabul-Red Kuramı (EKAR).....	26
2.2.1. Ebeveynliğin Sıcaklık Boyutu.....	29
2.2.2. Ebeveynliğin Kontrol Boyutu.....	29
2.2.3. Fenomonolojik Yaklaşım.....	30
2.2.4. EKAR Kuramının Kişilik Kuramı ve EKAR Kuramının Alt Alanları	30
2.2.4.1. Bağımlılık veya Savunucu Bağımsızlık.....	30
2.2.4.2. Duygusal Tepkisizlik.....	31
2.2.4.3. Düşmanlık ve Saldırganlık.....	31
2.2.4.4. Olumsuz Özsaygı.....	31
2.2.4.5. Olumsuz Öz Yeterlilik.....	32

2.2.4.6 Duygusal Tutarsızlık.....	32
2.2.4.7 Olumsuz Dünya Görüşü.....	32
2.2.5. EKAR (Ebeveyn Kabul Reddi) Başetme Kuramı.....	33
2.3.Eş Kabul Reddi.....	33
2.4. Şemalar.....	36
2.4.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri ve Tepkileri...39	
2.4.1.1. Birinci Alan: Kopukluk ve Reddedilme.....	42
2.4.1.2. İkinci Alan: Kendini Ortaya Koyma/ Zedelenmiş Özerklik.....	44
2.4.1.3. Üçüncü Alan Zedelenmiş Sınırlar.....	46
2.4.1.4. Dördüncü Alan: Diğeri Yönelimlilik.....	47
2.4.1.5. Beşinci Alan Aşırı Uyarılmış/ Ketlenme.....	49
2.4.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri ve Tepkileri...51	
2.4.2.1 Başa Çıkma Biçimleri: Teslim Tepkileri.....	53
2.4.2.2 Başa Çıkma Biçimleri: Kaçınma Tepkileri.....	54
2.4.2.3 Başa Çıkma Biçimleri: Aşırı Telafi Tepkileri.....	54
2.5.İlgili Araştırmalar.....	55
2.5.1. Evlilik Uyumu İle İlgili Yapılan Araştırmalar.....	55
2.5.2. Ebeveyn Kabul Red (EKAR) Kuramı ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	59
2.5.3. Eş Kabul Reddi ile İlgili Araştırmalar.....	63
2.5.4.Şemalar ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Üzerine Yapılan Araştırmalar	66
2.5.5. Evlilik Uyumu Ebeveyn Kabul Reddi Eş Kabul Reddi ve Şemalar ile İlgili Yapılan Araştırmalar.....	69

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM **75**

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ..... **75**

3.1. Araştırmanın Modeli..... 75

3.2. Evren ve Örneklem..... 76

3.3. Veri Toplama Araçları..... 79

3.4. Verilerin Analizi..... 82

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM **84**

BULGULAR..... **84**

4.1. Normallik Test Sonuçları..... 84

4.2. Araştırma Problemlerinin Test Edilmesi..... 85

4.2.1. Katılımcıların Evlilik Uyum Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular	86
4.2.2. Katılımcıların Ebeveyn Kabul Red Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular.....	87
4.2.3. Katılımcıların Eş Kabul Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular.....	87
4.2.4. Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular.....	88
4.2.5. Evli Bireylerin Evlilik Uyumları ile Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	89
4.2.5.6. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Kabul Reddi ve Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	96
4.2.7. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi-Baba ile ve Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	98
4.2.8. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi-Anne ile Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	99
4.2.11. Eş Kabul Reddinin Evlilik Uyumunun İlişki Tarzı Boyutunu Yordayıp Yordamadığının Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	100
Yer işareti tanımlanmamış.	
4.2.12. Evlilik Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular	100
4.2.13. Evlilik Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	101
4.2.14. Evlilik Uyumunun Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	102

BEŞİNCİ BÖLÜM	103
TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME.....	103
5.1. Tartışma.....	103
5.1.1. Evli Bireylerin Evlilik Uyumları, Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeylerine Yönelik Bulguların Tartışılması...	103
5.1.2. Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeyleri ile Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Tartışılması.....	105

5.1.3. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Kabul Reddi ve Eş Kabul Reddi Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Yorumu.	107
5.1.4. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi ile Eş Kabul Reddi Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Yorumu.....	108
5.1.6. Evli Bireylerin Evlilik Uyumları ile Cinsiyet, Yaş ve Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırmasına Yönelik Bulguların Yorumu.....	111

KAYNAKÇA.....	.111
Ebeveyn Kabul Red Ölçeği İzni.....	Hata!
Yer işareti tanımlanmamış.	
Evlilikte Uyum Ölçeği İzni.....	152
Eş kabul Red Ölçeği İzni.....	153
Şema Ölçeği Kullanım İzni.....	154
ÖZGEÇMİŞ.....	.153

TABLolar LİSTESİ

Tablo 3.2.1: Evli Bireylerin Cinsiyet Dağılımları.....	76
Tablo 3.2.2: Evli Bireylerin Çalışma Durumu Dağılımları.....	77
Tablo 3.2.3: Evli Bireylerin Yaş Dağılımları.....	77
Tablo 3.2.4: Evli Bireylerin Eğitim Düzeyi Dağılımları.....	77
Tablo 3.2.5: Evli Bireylerin Evlilik Süresi Dağılımları.....	78
Tablo 3.2.6: Evli Bireylerin Evlenme Biçimleri Dağılımları.....	78
Tablo 3.2.7: Evli Bireylerin Eşleriyle Yaş Farklarına Yönelik Dağılımları	78
Tablo 3.2.8: Evli Bireylerin Çalıştıkları Alana Yönelik Dağılımları.....	79
Tablo 3.2.9: Evli Bireylerin Çocuk Sayısı Dağılımları	79
Tablo 4.1.1: Normallik Dağılımına İlişkin Bulgular.....	84
Tablo 4.2.1.1: Evlilik Uyum Düzeyleri.....	86
Tablo 4.2.2.1: Ebeveyn Kabul Red Baba Düzeyi.....	87
Tablo 4.2.2.2.: Ebeveyn Kabul Red Anne Düzeyi.....	88
Tablo 4.2.3.1: Eş Kabul Red Düzeyleri	89
Tablo 4.2.4.1.: Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeyleri.....	89
Tablo 4.2.5.1.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul- Red Ölçeği (Baba) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	91

Tablo 4.2.5.2.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	92
Tablo 4.2.5.3.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	93
Tablo 4.2.4.1.: Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeyleri.....	89
Tablo 4.2.5.1.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	91
Tablo 4.2.5.2.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	92
Tablo 4.2.5.3.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	93
Tablo 4.2.5.4.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ve Şema Alanları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	94
Tablo 4.2.5.5.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Young Şema Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	95
Tablo 4.2.5.6. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Kabul Reddi ve Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular.....	96

Tablo 4.2.5.6.1.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan (Baba) ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	97
Tablo 4.2.5.6.2.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	98
Tablo 4.2.5.6.3.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	99
Tablo 4.2.7.1: Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	99
Tablo 4.2.8.1.: Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları.....	101
Tablo 4.2.12.1.: Evlilik Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları.....	104
Tablo 4.2.13.1.: Evlilik Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları	104
Tablo 4.2.14.1.: Evlilik Uyumunun Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Bağımsız Örneklem T-Testi Sonuçları.....	105

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 3.1.1: Araştırmanın Model.....	766
--------------------------------------	-----

BİRİNCİ BÖLÜM

GİRİŞ

Evli kişilerde, ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemaların, evlilik uyumuna etkisinin incelendiği tezin bu bölümünde, tezin konusu ile problem durumu özetlenerek, araştırmanın amacı ve önemi açıklanmaktadır. Tezin, sayılılar ve sınırlılıklar bölümü belirtilmekle birlikte, tez içerisinde kullanılan tanımlar ve kısaltma ifadeleri de listelenmektedir.

1.1.Problem Durumu

Evlilik kurumu son yıllara nazaran geçmişten günümüze form değiştirerek farklı bir hal almıştır. Kadının sosyal statüsü, iş hayatına girmesi, eğitim seviyesinin yükselmesi, kadın ve erkek rollerinin toplumsal normlar noktasında değişmesi ve dönüşmesi, dijital çağ ile evliliğe yüklenen anlamı da değiştirdiği ve farklılaştırdığı ifade edilmektedir. Aile, toplumun temel dinamiğidir. Bir binanın temeli ne kadar sağlam olursa, binayı ayakta tutma gücü de o oranda sağlam olur. Ancak modern hayatın getirdiği yaşam tarzı aile içinde çatışmaların ve sarsıntıların sebebi olmaktadır. Bu yoğun çatışma sürecinin getirisi olarak aile içerisinde huzursuzluklara yol açmakta ve boşanma oranlarında hızla artış olmaktadır. Bu olumsuz tablo sonucu evlilikten korkan bir nesil gelmekte ve daha ziyade bireyselleşmeye önem verilmekte, aile kavramı da önemsizleştirilmektedir. Aile kavramının birliğine gereken önem verilmediğinde yakın zamanda batı âleminin yaşadığı uygarlık krizi bizim yaşadığımız toplumda da yaşanır hale gelecektir (Tarhan, 2019). Günümüzde evlilik kurumundan bahsederek; batı dünyası medeniyet krizi yaşamakta, birliği temelden sarsılmakta, çocuk ruh sağlığı sorunları geometrik hızla artış göstermekte, nikâh karşıtı akımlar yükselişe geçmektedir. Bu durumda eski sorulara yeni cevaplar vermek gerekmektedir. Kadim evlilik sorunlarına batı psikoterapisi çözüm üretememekle birlikte, Alanda çalışan birçok psikolojik danışman, aile ve çift danışmanı ve psikologlar nikâh karşıtı tutumlar sergilemektedir (Tarhan, 2009). Sonuç olarak, şu anda İngiltere’de yalnızlık

bakanlığı kurulma çalışmaları hızla devam etmektedir. Ancak, son sığınak ailedir. 1960 yılında Amerika’da başlayan ve dünyada hızla yayılan evlilik karşıtı dalgalar Türkiye’de hızla yayılmaktadır. Bu düşünceyle toplumsal yozlaşmanın arttığı görülmektedir (Tarhan, 2011).

Evlilik uyumu, evlilik birlikteliği içerisinde eşlerin başarılarını ve fonksiyonelliğini anlatan bir tabirdir (Farrel ve diğerleri, 2014’ten akt., Aydın 2018). İnsanın hayatındaki en önemli seçimlerden olan eş tercihi, kişinin hayatını önemli bir şekilde etkilemektedir. Çiftlerin, evlilik uyumunda yaşadıkları olaylara nasıl manalar yükledikleri ve evlilik uyumunun en temel unsuru, kişilerin evliliklerine dair istekleri ve beklentileridir. Evliliğin niteliğini belirleyen temel husus, çiftlerin beklentilerinin birbiriyle örtüşmesi, farklı beklentiler noktasında bile ortak bir dil oluşturmalarıdır. Bu durum evlilik uyum düzeyini de artırmaktadır. Çünkü isteklerin çatışması, ilişkide problem yaşanmasını da olası kılmaktadır (Tarhan, 2011). Problem yaşandığında, çiftlerin tartışma ve çatışma noktasında, süreci nasıl yönettikleri, evlilik uyum sürecinde temel çatı niteliğindedir (Gottman, 1993). Çiftler için en genel geçer uyumsuzluklar, kişiliğin pürüzlü taraflarıdır. Evlilikte yaşanan uyum sorunlarında karşılaşılan en önemli sebeplerinden birisi de çiftlerin birbirine olması gerektiği gibi değil, tamamen hissiyatları doğrultusunda davranmalarıdır (Tarhan, 2011).

Medeni durum hem fizyolojik hem de psikolojik sağlığa etki eden en önemli unsurlardandır (Waite & Gallager, 2000). Medeni durum, araştırmacıları evlilik uyumu noktasındaki unsurları incelemeye yönlendirmiştir. Özellikle 1990 yılından sonra evlilik uyumu ile ilgili araştırmacılar derin bir araştırma sürecine girmiştir (Beach, Bradbury, Fincham, 2000). Çocuğun dünyaya gelmesi ile, çocuğa sevgi ve güven iklimi sağlayacak, ilk kişi ebeveynleridir. Bu bağ sağlıklı bir şekilde kurulmalıdır ki, çocuk güven ihtiyacını inşa etsin ve bu güven ortamının inşa edilmesinin temeli, eşlerin sevgi ve saygı çerçevesi içindeki ilişkilerine bağlıdır (Oktay, 2002). Çocuğun güven ihtiyacı başta olmak üzere diğer ihtiyaçlarının karşılanmaması (sevgi, şefkat, ilgi, destek vb.) çocuğun ebeveyni tarafından reddedildiği algısını oluşturmaktadır. Yavuzer (2007)’ e göre; ebeveynin çocuğunu reddetmesi bir nevi, ona kindar duygular ve öfke davranışları sergilemesi anlamına gelmektedir. Bunun sonucu olarak, ebeveyni tarafından reddedilen çocuk, duygusal yönden ihtiyaçları karşılanmamış, eksiklik hissine sahip bir birey olabilir. Çocuğun

erken dönemdeki bu temel ihtiyaçlarının sağlıklı bir şekilde karşılanmaması, ebeveynleri tarafından kabul ve reddedilme algıları, yetişkinlik döneminde evlilik ilişkisi içerisindeki kabul-ret algısına sebep olmaktadır. Evlilik ilişkisi içinde, çiftlerin birbirlerine ve evliliğe bakışını etkileyen şeylerden birisi de eş kabul reddidir. İnsanların yaşamları boyunca başta ebeveynleri olmak üzere, insan ilişkilerinde ve daha sonra da eşlerinden kendilerine dair algıladıkları kabul-ret bireylerin psikolojik adaptasyonu üzerinde önemli derecede etki etmektedir. Evlilik, sosyal ilişkiler, ailede kişinin koşulsuz sevilmesi ve olduğu gibi kabul edilmesi o ilişki çerçevesinde; öngörü, sevgi, dayanak, şefkat, yardım gördüğünün bir işareti olarak gösterilebilmektedir (Kahaleque & Shirin, 2013; Parmar ve İbrahim, 2008). Bu değişimle birlikte evlilik ilişki uyumu, doyum ve mutluluğu sürdürmede evli çiftlerin önüne birtakım engeller çıkmaktadır. Bunları en temel şekilde etkileyen unsurların başında erken dönem uyumsuz şemalar gelmektedir. Şemalar, kökeninde bireylerin yaşadıkları anılarını, hissettiklerini, zihinsel süreçlerini, erken çocukluk döneminde ebeveynleri, kardeşleri ve sosyal çevresindeki arkadaşları ile yaşadıkları fonksiyonel olmayan tecrübeler sonucunda meydana gelen, bireyin kendi ve çevresi ile ilintili kavramsallaştırma şeklini içeren model olarak yer almaktadır (Young 1996; Young 2010 'dan akt., Soygüt,2008). Erken dönemdeki uyumsuz şemalar, çocukluk ve ergenlik dönemi içerisinde devam eden olumsuz deneyimler sonucunda oluşmaktadır (Young, 2010' dan akt Soygüt, 2008). Çocukluk döneminde şemalara dair zemin oluşturulmaktadır. Yetişkinlik döneminde yaşanan küçük bir olay, çatışma var olan şemaları tetikler ve bireyin hissi davranışları, olaylara yükledikleri anlamın değişmesine ve çocukluğunda yaşadığı olayları tekrar deneyimlemesine sebep olmaktadır (Young & Klosko, 20003). Ancak, erken dönem uyumsuz şemalar birey için ne kadar yıkıcı, sarsıcı ve travmatik olsa da yetişkinlik döneminde sosyal ilişkilerinde ve özellikle, yakın ilişkilerinde şemanın devamı için, tanıdık ve kendini güvende hissedeceği şema alanının örüntüsel devamlılığının sağlanması için, bireyler şemalarını hatırlatan olay ve kişilere yakınlık hissetmektedirler (Young, Klosko & Weisher,2003). Bu durum şemaların katı bir şekilde devam zorunluluğunu göstermekle birlikte, şemaların sabit kalmasına neden olmaktadır (Young,Klosko&Weisher,2003).Çocukluk döneminde ebeveynleri ile olumsuz yaşam tecrübesi olan ve bu tecrübeleri erken dönem uyumsuz şema kodları ile içsel hale getiren kişiler, yakın negatif ilişkileri yetişkinlik döneminde evliliklerinde de yaşama olasılıkları yüksek orandadır ve merkezinde, hissi duyguları olan yakın

ilişkilerde şemaların etkin olmasında temel hedef teşkil etmektedir (Crawford ve Wright, 2007).

Evlilik uyum sürecini ve niteliğini etkileyen unsurlardan, demografik değişkenlerin (çiftlerin kaç yıl evli olduğu, tanışma şekilleri, çocuk sayıları, sosyoekonomik düzey, eğitim seviyesi, cinsiyet farklılıkları gibi etkenlerin) ayrı ayrı incelendiğinde, her bir değişkenin evlilik uyumuna etkisinin olduğu görülmektedir. Tez çalışması kapsamında tüm değişkenlerin, birlikte evlilik uyumuna olan etkisinin incelenmesi temel amaç olarak hedeflenmektedir (Varan, 2003). Evlilik, sosyal ve psikolojik çerçevesi olan bir kurumdur. Bu çerçeve iyi anlaşıldığında ve anlamlandırıldığında, evlilik uyumunun da daha güçlü hale geleceği düşünülmektedir (Tarhan, 2011). Uyum, bireyin sosyal ilişkilerinde, ikili ilişkilerde, fizyolojik, psikolojik, sosyolojik isteklerine verdikleri reaksiyondur (Tebbs, 1992'den akt., Soysal, 2017). Yapılan araştırmalar evlilik uyumunu yordamada kişilik farklılıklarının, evliliğe olumsuz etkisinin çok önemli olmadığını, daha ziyade ortak gayeleri olan ve uzlaşmaya meyilli olan çiftlerin, evliliklerinde mutlu olma oranının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Tarhan, 2011). Eş seçiminde önemli konulardan biri de sosyal mübadele kavramının ehemmiyetidir. Bu kurama göre kadın ve erkek karşılıklı olarak, evliliklerinde en yüksek kazancı elde edecekleri kişileri seçerler (Wolf,1996). Çiftler, eş seçerken diğer önemli nokta ise, çocuklukta anne babalarında gözlemledikleri rolleri yeniden yaşamak istemeleridir. Yani, kadın ve erkeğe, anne-babalarına benzeyen kişiler daha çekici gelmektedir ve insanlar eşlerini bu doğrultuda seçmektedirler (Bepko, 1985; İber,1991 ' den akt. Karpas 2010). Evlilikte yaşanan uyum sorunlarında en önemli sebeplerinden birisi de çiftlerin birbirine olması gerektiği gibi değil tamamen hissiyatları doğrultusunda davranmalarındır (Tarhan, 2011). Faulkner & ark. (2005) araştırmalarına dayanarak, evlilik uyumuna etki eden sebeplerden birinin de cinsiyet farklılıkları olduğundan bahsedilmektedir. 1987-1994 tarihleri arasında 13.000 kişi üzerinde yapılan araştırmanın, kadınların evlilikteki fonksiyonellik durumlarının, erkeklere oranla daha önemli bir etkiye sahip olduğu sonucuna ulaşılmaktadır.

Literatürde kadınlarda depresyon oranı arttıkça, erkeklerin evlilik uyum düzeyinin azaldığı, kadınların inanç ile ilgili yönelimleri arttıkça, erkeklerin evlilik uyum düzeyinin arttığı, kadınların iyimser ve duyarlılık hali arttıkça, erkeklerin evlilik uyum düzeyinin yükseldiği; ancak bu durum tam tersi durum olarak yordandığında

bu durumun, erkeklerin iyilik hali dışında kadınların evlilik uyumunu etkilediği söz konusu olmamaktadır. Kadınların ruh hallerinin değişmesinin, evlilik uyumunun temel değişkeni olduğu gerekçesiyle, kadınlar için, “ilişki barometresi” tabiri kullanılmıştır. Yapılan araştırmalarda, evlilik uyumuna etki eden değişkenler; erkeklerin evlilik uyumunun kadınlardan daha yüksek olduğu, bu uyum ve doyum düzeyini “U” şekline benzetilerek, evliliğin başında ve sonunda bu uyumun yüksek, ortasında daha düşük düzeyde olduğunu göstermiştir (Jose ve Alfons (2007)’den akt., Soysal, 2017). Buna karşılık, bu durum her evli çift için geçerli değildir. Evliliğinde uyum sağlayamayan ve sağlıklı iletişim kuramayan çiftlerin depresif belirtileri, düşük yaşam boyutu ve düşük özgüven belirtileri gösterdiği başka araştırmalarda da mevcuttur (Hawking, Booth, 2005). Bu çerçevede, evlilik uyumu ve mutluluğu sağlamada temel noktanın, eşlerin problem çözme stilleri ve çatışkı sıklığı değil, sorunların nasıl bir şekilde gündeme alındığı, olaylara yükledikleri anlam ve ifade olmaktadır (Markman, 1991).

Evlilik uyumuna etki eden birçok sebep vardır. Bunlardan birisi de ebeveyn kabul reddi olgusunun, etkili olmasıdır. Ebeveyn kabul reddi kuramı (EKAR), bir çocuğun anne ve babası tarafından reddedilmesini ve bu reddedilmenin onun psikolojik olarak ilerlemesinde, kişiler arası ilişkilerde, etkileşim gösterdiği psikolojik uyumu bu bağlamda açıklamaktadır. Çocukluğunda reddedilmiş bir birey, yetişkin olduğunda da reddedileceği algısına sahiptir. EKAR (Ebeveyn Kabul Reddi) kuramına göre, diğer bir konu da çocukluğunda reddedilmiş kişilerin, değerlendirme ve araştırma sonuçlarına göre psikolojik adaptasyonlarının iyi olduğu sonucuna ulaşılmasıdır. Bu durumda bireylerin “baş ediciler” kullandığını ortaya koymaktadır. (Gültekin, 2011). Ebeveyn Kabul-Reddi, Rohner (2001) tarafından açıklanan, ebeveynlerin çocuklarının kabul ve reddinin sebeplerinin ve sonuçlarının yorumlandığı toplumsallaştırma kuramıdır. Çocuğun doğumundan önce başlayan süreç ile, en başat faktör olan ailenin, çocuğuna karşı koşulsuz kabulü gerek spritüel gerekse ekonomik, sosyal ve duygusal yönüne etki etme gücüne sahip olmaktadır (Yavuzer, 1998). Anne ve babanın, çocuğunu kabullenmesi, onları desteklemeleri, güvenmeleri, ilgi, şefkat, merhamet hisleri ile davranmaları, yakınlık gösterme, öpüp sarılma, yaptıkları davranışları övme, yapıcı eleştiri ve çocuklarını koşulsuz sevmeye davranışı olarak ifade edilmektedir. Reddedici tavır ise, çocuğun anne babası tarafından istenilmediği, çocuğa sevgi, yakınlık, ilginin gösterilmediği, duyarlı

davranılmadığı, muhtaç ve reddedilen bir tavırla çocuğun önemsenmediği, ihmal edildiği bir tavır olarak ifade edilmektedir (Rohner, Khaleque ve Cournoyer, 2007’ den akt., Gültekin, 2011).

EKAR (Ebeveyn Kabul Reddi)’in kuramsal açıdan temel ögesi, ebeveynlerin çocuğa karşı, sıcaklık ve yakınlık boyutudur. Anne babaların, fizyolojik ve psikolojik açıdan çocuklarına ilgi, sevgi, şefkat ve merhametlerini göstermeleridir. Kuramın öne sürdüğü en önemli husus, kabul ve reddin davranışlara dökülmesi durumunun, toplumların kültürel değişimlerine göre farklılaştığı, özellikle öznel olarak reddedilmelerine dair kıyaslamaları farklı toplumlarda benlik değeriyle, ilgili yakın sonuçları ortaya koyduğu sonucuna ulaşılmaktadır (Rohner, 1986). Ebeveyn kabul reddinde, çocuğun aile içinde algıladığı, anladığı ve anlamlandırdığı anne- baba çocuk ilişkisine dair belleğinde hayal ettiği yaşantılar, bireyin hem çocukluk sürecinde hem de yetişkinlik dönemindeki bağlanma motiflerinden, bilhassa bireyin romantik yakın ilişkide bulunduğu eşinden, gördüğü kabul ya da ret noktasında, bireyin üzerinde çeşitli etkileri olduğundan bahsedilmektedir (Rohner, 2005).

Rohner (2001) evlilik konusunda, ebeveyn kabul reddinin yetişkinlikte çiftlerin yakın ilişkilerde kabul ve redde neden olduğu gerekçesi ile sübjektif olarak yorumladıkları “eş kabul- reddi” kavramını ortaya atmıştır. Eş kabul reddi ile ilgili araştırmalarda, eşten algılanan reddin düşük psikolojik uyumla (RipollNunez ve Alvarez, 2008; Palmar ve Rohner, 2005; Chyung ve Lee, 2008’ den akt. Gültekin,2011) ve evlilik birlikteliğindeki ilişki doyumunun az olması (Varan, 2005; Eryavuz, 2006; Karpat, 2010) ilişkilerini açıklamaktadır. Yetişkinlik döneminde eş tarafından kabul-ret düşüncesine sahip olan bireyin, çocukluk dönemindeki ebeveyn kabul reddi ile birlikte olan bağlantısı değişik toplumsal normlar çerçevesinde çalışılmış; değişkenler arasında yüksek düzeyde ilişki bulunmaktadır (Varan, 2005; Eryavuz,2006; Chyung ve Lee, 2008; Parmar, İbrahim, Rohner, Melendez ve Karimer- Rickabby, 2008; Varan, 2008 ‘den akt; Gültekin, 2011). Rohner (2001) tarafından ortaya atılan ebeveyn kabul reddi kavramından sonra, kişinin eşinin onu sevdiğine ya da reddettiğine dair sübjektif düşüncesi olarak adlandırılan “eş kabul- reddi” teriminden bahsetmiştir. Çifter arasında olan iletişim problemlerinde katı olan şemaların baş gösterdiği ihtiyaçlar karşılanmadığında ve tetiklendiğinde çiftler arasında evlilik çerçevesinde uyum problemleri ortaya çıkmaktadır (Yoosefi, Etemadi, Fatehizade, Ahmedi, 2010).

Ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddine dair bilişsel algı ve yanılgıları daha iyi anlamak ve anlamlandırmak için şemalar ve erken dönem uyumsuz şemalar incelenebilmektedir (Babuşcu,2014). Bu ussal temsilleri daha iyi anlayabilmek için, şema stillerine ve erken dönem uyumsuz şemalara yönelinmektedir. Şema stillerinde, erken dönem uyumsuz şemalar çocuklukta yaşanan tahribat verici ailevi ve çevre ile ilgili yaşanan olaylar çocuğun temel olarak karşılanmayan ihtiyaçlarının sonucu olarak ortaya çıkarlar. Bu zihinsel şemalar bireylerin yetişkin olduğunda, romantik ilişkilerinde ve evlilik sürecinde partnerinden aldığı kabul ve reddi de etkilemektedir (Rohner, 2004).

Alan yazında şema kavramı, hakikat ve yaşantısal tecrübelerin üzerine dayanan örüntülerle ilişkilendirilmiştir (Young,200). Şema modeli kökenini Bilişsel Davranışçı Terapi (BDT) ekolünden almaktadır. Şemalar, psikolojik problemlerin erken çocukluk ve ergenlik sürecinde, duygu içerikli yöntemleri, danışan- danışman ilişkisi çerçevesinde incelendiğinde ve uyumsuz baş etme stilleri odak noktası haline getirmesiyle Bilişsel Davranış Terapisinin (BDT) genişletilmiş hali olarak ifade edilmektedir. BDT' ye ek olarak varoluşçuluk, bağlanma stilleri, psikanalitik gibi farklı ekolleri harmanlayan bütünsel bir terapi modelidir (Martin ve Young, 2010 ve ark.,2003' den akt., Soygüt, 2008).

Erken dönemde temel duygu, sevgi, güven ihtiyacı karşılanmayan bireyin bunun sonucunda erken dönem uyumsuz şemaları oluşur ve yetişkin olduğunda romantik ilişkilerinde, evlilik ilişkisi sürecinde şemaların çatışmalarda tetiklenerek, bireyi eş kabul veya reddine götürerek, evliliğinde uyum problemlerine yol açabileceği düşünülmektedir. EKAR (Ebeveyn Kabul Reddi) Kuramına göre, anne baba reddi yaşayan çocukların, hissettiği sevgi eksikliğinin bireyin yetişkinlik döneminde, özellikle yakın ilişkilerinde ve evlilik birlikteliği içerisinde ilişkiye ve evliliğe dair negatif bir bakış açısı getirdiğine dair araştırmalar bulunmaktadır (Şahin,2015). Sonuç olarak ebeveyn reddi arttıkça, kişinin şemalardan aldığı puan düzeyinin de yükseldiği görülmektedir. Ayrıca geçmiş dönemdeki negatif ve reddedici ebeveyn tutumları bireyin yetişkinlik sürecindeki şemalarının yüksek puanlı olması ile ilişkili çıktığı görülmektedir (Sarıtış ve Gençöz. 2014).

Bu zihinsel şemalar bireylerin yetişkin olduğunda, romantik ilişkilerinde ve evlilik sürecinde partnerinden aldığı kabul ve reddi de etkilemektedir (Rohner, 2004). Evlilik uyumunu artırmak için, çiftlerin çatışkılarını yükselten ve şemalarını

tetikleyen nedenlerin farkına varılması, eşlerin katı olan şemalarının ve bu şemaların oluşturduğu bilişsel çarpıtmalar ve yanlış anlamlandırmanın sona ermesi için, katı ve işlevsiz şemaların daha işlevsel ve esnek hale getirilmesi gerektiğinden bahsedilmektedir (Mokhtari, Bahrami, Padash, Hosseinian & Soltanzadeh).

1.2 Araştırmanın Amacı

Bu çalışmanın amacı evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ile eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumuna etkisini incelenmektir.

Ayrıca araştırma kapsamında, aşağıda belirtilen sorulara yanıt aranmıştır.

Alt Amaç Soruları

- 1)Evlilik uyumu düzeyi cinsiyete, yaşa, çalışıp çalışmama durumuma göre farklılaşmakta mıdır?
- 2) Ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemaları evlilik uyumunu yordamakta mıdır?
- 3) Evli bireylerin evlilik uyumu, ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?

1.3 Araştırmanın Önemi

Çalışmamıza özgün form katan en önemli etken, evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların, evlilik uyumuna etkisinin daha önceki çalışmalarla birlikte çalışılmamış olmasıdır. Eş kabul reddi kavramı, literatüre yeni giren bir kavramdır ve çalışılma alanı çok sınırlıdır. Evlilik oranının artmasına karşın, sayısal anlamda, boşanma durumunun, evliliğe nazaran daha da artması bu konuda alan yazımlarının az olmasından dolayı, bu alanda yapılan her araştırma çok ehemmiyet kazanmaktadır.

Anne, baba, çocuktan oluşan bir birim olarak tanımlanan aile mefhumu, toplumun çekirdek yapısını oluşturduğundan ötürü, aileyi oluşturan bireylerin tutum ve değerlendirmesinde en önemli fonksiyona sahiptir (Ertürk,2008' den akt. Hatun,2013). Çiftler evlenirken, yaşamlarının sonuna kadar bu bağı sürdürmeyi düşünseler de sonuç hiç beklemedikleri gibi olmamaktadır. Türkiye, Almanya,

Hollanda gibi ülkelerde evlilikler, boşanma ile sonuçlanmaktadır. (Loom, Asher ve White, 1978; Renne, 1970' den akt. Demir, Durmuş,2015).

Evliliklerde uyum problemlerinin yaşanmasında ve mutsuz evliliklerin artmasında, çiftlerin de ayrı ayrı mutsuz olmasına sebep olması, evlilik, evlilik uyumu ve ilişkiler konusuna ciddi anlamda araştırma sürecine yönelmeyi sağlamıştır (Bacanlı, İlhan ve Cihan,2012).

Evliliklerin ve dolayısı ile mutsuz çiftlerin sayısının artış göstermesi ile, bu tarz çalışmalara yönelmek; aile ve çift danışmanları başta olmak üzere, psikologlar, psikolojik danışmanlara da katkı sağlayacağı düşünülmektedir (Demir, Durmuş, 2015).

Yaşadığımız çağda, sadece çiftlerden kaynaklanan (kişilik özellikleri, bireysel farklılıklar) özelliklerinden ziyade, evlilikte yaşanan olası sorunlara karşı, her evliliğin kendi dinamiği çerçevesinde (evliliğin türünün ele alınması ve o dinamikler doğrultusunda, çözüm yolları ve uyum becerilerinin geliştirilmesi gereklidir (Ahmadi, Ashrafi, Kimiaee, Afzali,2010). Şüphesiz ki tarihin her döneminde, temel ilgi odağı halinde olmuştur ve hayatın içinde bu kadar önem taşıyan bir konuyu ele almak, evliliğin uyumuna etki eden, temel meseleleri incelemek, evlilik ve aile danışmanlığı sürecindeki deneyimlerimi de göz önüne alarak, bu alana katkı sağlaması açısından yazılmıştır (Özaydınlık 2014). Evlenme oranının artmasına karşın, boşanmaların daha çok artış göstermesi ile, bu konuda alan yazımlarının da az olmasından dolayı, bu alanda yapılan her araştırma çok önem kazanmaktadır.

Erken çocukluk döneminde, sevgi ilişkilerinin yetişkin biçimine varıncaya kadar takip edilmesi, psikanalitik açıdan, insanın çocukluk dönemindeki, oral, anal, fallik, libidinal dönemlerde ifade buluş şekliyle, anne çocuk arasındaki narsistik yapıya uzanması şu şekilde ifade edilmektedir. Kişinin, yaşamının başlangıcından itibaren, anne ve çocuk arasında bulunan “biyolojik birlik”, annenin narsistik yapısının, çocuğa kadar genişlediği ve çocuğunda anneyi, “kendi narsistik” ortamına çektiği bir dönem olarak ifade edilmektedir (Hoffer, 1952' den akt. Freud, 1965 :65). Bu dönem, paydaş yaşamsal alan ve otistik alan olmak üzere iki şekilde ifade edilmektedir (Mahler,1952' den akt.Frued, 1965 :65). Kişi bir yandan ayrılma korkusu yaşamakta, diğer yandan bağımsız olma isteğinin, iki taraftan da zıt yönde

zorlanma yaşadığı bir dönem olmaktadır. Bu yaşanan olaylar neticesinde, kişinin, karakteristik yapısında birtakım problemler baş göstermektedir (Freud, 1965:66).

Ülkemizde yapılan araştırmalarda, değinilen ifadeler ayrı kavramlar olmakla beraber; hissiyat, tertip ve erken dönem uyumsuz şemalar (Anayurt, 2017), şema terapi ve kişilik bozuklukları (Arntz, 2016), ebeveynleri kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemalar (Dilmaç, 2018), bağlanma örüntüleri ve şemalar (Deniz, Arı, 2015), erken dönem uyumsuz şemalar, narsisizmin patolojik açıdan incelenmesi (Anlı, 2017), depresyon ve kaygı ile erken dönem uyumsuz şemalar (Kırkıoğlu, 2018), şema terapi ve depresif bozukluklar (Körük, 2018), şemalar ve ilişki istikrarı arasındaki ilişki (Şahin, 2015), kırılğan narsistik kişilik özelliği ve şemalar (Üzümcü, 2016) yapılan araştırmalardan bazılarıdır. Evlilik uyumuna aracı etken olarak incelenen diğer değişkenlerin şema modeli çerçevesinde incelenmesinin sebebi, şemaların birçok terapi ekolünü barındırması, gestalt, psikanalitik varoluşsal, BDT (Bilişsel Davranışçı Terapi) ekolünü kapsayıcı olmasından kaynaklanmaktadır (Young, Klosko ve Weishaar2003).

Erken dönem uyumsuz şemalar, şimdiye kadar Narsisim, Borderline, Bipolar, gibi kişilik bozuklukları başta olmak üzere, sosyal kaygı, anksiyete, depresyon, ebeveynlik biçimleri, bağlanma örüntüleri ile çalışılmış; evlilik uyumu, eş kabul reddi ve ebeveyn kabul reddi ile ilgili çalışmalar çok sınırlı kalmıştır. Hem hipotetik açıdan hem de deneysel çalışmalarda, baş etme süreci ebeveyn kabul reddinin, eş kabul reddinde, erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik uyumunu yordama sürecinde az ve kısıtlı çalışılmış bir konudur diğer taraftan, erken dönem uyumsuz şemaların evlilik ile ilişkisinin doğrudan çalışılması sınırlı kalmıştır. Özellikle evli bireylerin, ebeveyn kabul reddi ile eş kabul reddinin erken dönemde uyumsuz şemalar ile ilişkisinin araştırılmasının başta literatüre katkı sağlaması açısından, psikologlar ve aile danışmanlığı alanında çalışan insanlar açısından, alandaki boşluğu dolduracağı düşünülmektedir (Varan,2003). Toplumların ve milletlerin, huzur ve mutlulukları, refahları, evliliklerin ve ailelerin sağlıklı olmasına bağlı olmaktadır. Bu sebepten bireylerin ailenin nasıl güçlendirilmesi gereğine dair gereken her şeyin yapması gerekmektedir (Özkan, 2015:23).

1.4. Sayıtlar/Varsayımlar

Evli bireylerin evlilik uyumları üzerinde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların etkili olup olmadığını ortaya koymaya yönelik amaca uygun bir yöntemdir. Bu kapsamda araştırmada kişisel bilgi formu yanında “ebeveyn kabul reddi”, “eş kabul reddi”, “erken dönem uyumsuz şemalar” ve “evlilik uyumu” ölçeklerinin uygun olduğu varsayılmaktadır.

Araştırmaya katılan evli bireylerin yukarıdaki söz konusu form içerisinde yer alan kişisel bilgileri ve ölçekler içerisindeki ifadeleri içtenlikle ve doğru olarak cevapladıkları varsayılmıştır.

Araştırmada seçilen örneklem, (evli birey sayısı=367) evreni temsil etmektedir.

1.5. Sınırlılıklar

Evli bireyler üzerinde gerçekleşen bu araştırmanın kapsamı, İstanbul ili ile sınırlı tutulmuştur. Bundan ötürü, araştırma sonuçlarının genellenemez oluşu, sınırlılık olarak ifade edilebilir.

Araştırmada değerlendirme yöntemi olarak anket tekniğinin kullanılması, birer sınırlılıktır. Anket sonucu elde edilen verilerin değerlendirilmesinde SPSS 26 paket programının kullanılması da birer sınırlılık olarak ifade edilebilir.

Araştırma konusu evlilik uyumu üzerine etkisi olacağı düşünülen ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaları değişkenleri ile sınırlıdır.

1.6 Tanımlar

Evlilik:

Evlilik, istek arzu ve ihtiyaçları farklı iki kişinin, ortak bir hayat paylaşmak, çocuk dünyaya getirmek ve yetiştirmek için birlikte bir yola adım atmasıdır (Özüğurlu, 2013:1).

Evlilik Uyumu:

Evlilik uyumu, çiftlerin birbirlerinin içi dünyasını anlama, ona saygı duyma arzusu ve kabiliyeti olarak tanımlamaktadırlar. Uyum, evlilik birlikteliği içerisinde, güveni inşa etmek ve yenilemek için şablon sunmaktadır. Bu öğeler, kâfi gelmediğinde, çiftler birbirlerinin yaşamı anlama ve algılayışına itibar göstermemektedirler (Gotman & Silver 2012:44). Eşler arasında bir tartışma olduğunda, çiftler sorun değil de çözüm konuşuyorlarsa, birlikte farklı konularda bile uzlaşma sağlıyorlarsa o evlilik uyumlu bir evlilik olarak tanımlanmaktadır (Alpken, Erdamla ve Beştepe, 2005).

Şema:

Şemalar, kişilerin erken çocukluk döneminde, zorlayıcı durumlara dayanan, düşünce, duygu ve anımsanan anıların bir görüntüsü olarak tanımlanmaktadır. Özellikle, çok sık ve derin şekilde tekrar eden olaylar, kişinin sinir hücrelerinin bağlantısını etkilemektedir. Bu durum belleğin, temelini oluştururken, iyi ve kötü anıların tümünü kapsamaktadır. Bu duruma, sözlerle ifade edilemeyen ve baskılanarak, fizyolojik dışı vurum şeklinde seyreden hastalıklar da dahil olmaktadır. Bu izlere “şema” denmektedir (Roediger, Behary, Zarbock,2018:25).

Ebeveyn Kabul Red Kuramı:

EKAR (Ebeveyn Kabul Ret Kuramı) Rohner (1975), tarafından tanımlanan ve geliştirilen, erken çocukluk döneminde, anne baba tutumlarının, yetişkinlikteki psikolojik uyumu ve olumlu dünya görüşü aksettirilen, kişilik kuramı ile çerçevelenen ve bu çerçevelenmeyi, deneysel verilerle destekleyen kuramdır Akt.Özyavru,2008:75).

Eş Kabul Red Kuramı:

EKAR kuramının genişletilerek, çocuğun anne babasından algıladığı reddin, hayatının her döneminde etki edeceği, özellikle romantik yakın ilişkilerinde ve evliliğinde de eşinden algılayacağı ve eşine karşı göstereceği ret olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 2008).

İKİNCİ BÖLÜM

İLGİLİ LİTERATÜR

2.1. Evlilik Uyumu

Evlilik, bir iletişim ve etkileşim sistemi olarak, bu sistemin dinamiği çiftler arasındaki sözlü ya da sözlü olmayan mesajların alınıp verilmesi ile ölçülmektedir. Evlilik ilişkisinin uyumu, temel çerçevede, çiftler arasındaki iletişimin, yeterince sağlıklı, enerjik olmasına bağlı olduğu ifade edilmektedir (Özügurlu,2013:305). Evlilik uyumu, eşlerin bu evlilikten doyum aldıkları, değişen koşullara uyum sağladıkları, yaşanan koşullar karşısında eşlerin psikolojik sağlamlıklarını korudukları bir sistem olarak tanımlanmaktadır (Saridoğan ve Karahan,2005). Evlilikte uyum, ortak noktalarda uyum sağlayabilmenin yanında, çıkan sorunları ve olası problemleri çözebilme yeteneğidir. Burada önemli nokta çatışma yaşanan problemin içeriğinden ziyade, süreç ve sonucun nasıl yönetildiği ile ilgilidir (Sprey, 1979' dan akt. Özaydınlık,2014). Özgüven (2001) tarafından belirlenen uyum kriterleri, eşlerin birbirlerine karşı oldukça şeffaf olmaları, duygularını anlatmaya çalışılmalarının yanında, birbirlerini anlamaya çalışmaları, sorun odaklı değil çözüm odaklı olmaları, cinsel yaşamlarını aktif tutmaları şeklinde ifade edilmektedir.

Uluyol (2014:69) evlilik uyumu ve şemalar ile ilgili araştırmasında, erken dönem uyumsuz şemaların, çiftlerin, kendilerini ve eşlerini algılayış şeklini etkilediğini ortaya koymaktadır. Güvensiz bağlanma biçimine sahip, kaygılı kaçınan bağlanma biçimine sahip kişilerin evlilik uyumlarının daha düşük olduğu görülmüştür. Evlilik uyumu düşük çiftlerin erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutlarından düşmanlık boyutu puanının yüksek olduğu tespit edilmektedir. Çağ ve Yıldırım (2013 :25) evlilik uyumunu etkileyen faktörler incelendiğinde, ev içerisinde eşlerin sorumlulukları paylaşma durumu, çocuk sayıları, çiftler arasındaki yaş farkı, kaç yıl evli oldukları, eğitim, yaş, gelir düzeyi, yaş gibi etkenler incelenmiştir. Araştırma bulguları, eşler arası eğitim düzeyi farklılığı, cinsel hayatlarındaki memnuniyet, kaç çocuk sahibi oldukları, evdeki sorumluluğu paylaşma biçimlerinin, evlilik uyumunu anlamlı düzeyde etkilediği ifade edilmektedir.

Orhan (2015:125-126) evliliği, matematikteki kümelere benzeterek tanımlamaktadır. Çiftler, ayrı ayrı birer kümedir. Kümeler bir araya gelerek, ortak bir küme ve ortak bir dünya oluşturmaktadırlar. Uyumlu evlilikler, ortak kümede kesişim sağlayan bireyler olarak ifade edilmektedir. Evlilik maksadı ile bir araya gelen kümeler, başlangıçta, kümeler küçük olsa da zamanla iki tarafın ortak alanı güçlendirme çabaları ile, birbirlerini yok etmeden, pasifize etmeden, kişiler bir olurken, kendi bireysel özelliklerini ve benliklerini, kişiliklerini korudukları evlilikler uyumlu evlilikler olarak tanımlanmaktadır. Evlilik uyumunu sağlayan başat faktörler, karı kocanın sorun odaklı değil, çözüm odaklı olması, depresyonda olmamaları, kadının çalışıp çalışmaması, çiftler arasındaki çatışma problemlerinin niteliği olarak ifade edilmektedir (Almas'dan 2000). Evliliklerini uyumsuz ve mutsuz olarak algılayan ve ifade eden eşlerin, tartışma esnasında yatıştırıcı davranışlar sergilemek yerine, olumsuz olaylar ve durumlara odaklanarak, duygularını ve düşüncelerini daha olumsuz ifade ettikleri, kendilerini savunma halinde oldukları, gözlemlenmektedir (Kantarcı,2009:17). Evlilik uyumunun yapısını genel olarak bozan etkenlerin başında; yanlış eş seçimi, çiftlerin farklı kişilik özelliklerinde olması, bağlanma ile ilgili problemler, kadın ve erkeğin ayrı ayrı depresyonda olma durumu, ya da çiftlerden birinin depresyon yaşaması, cinsel yaşam konusundaki uyumsuzluklar, olarak belirtilmektedir (Erbek, Beştepe, Akar, Eradamlar ve Alpkın, 2005; Tutarel Kışlak ve Çabukça, 2002; Tutarel Kışlak ve Çavuşoğlu, 2006).

Zığlar (1996) uyumlu evliliği, çatışma ve sorun olmayan bir evlilik değil, çatışmaların doğru bir şekilde yönetildiği ve üstesinden geldiği bir evlilik olarak tanımlamaktadır (Özkan,2015:266; Yager, 2002:40) evlilikte, uyumsuzluk yaratan nedenlerden birisini de çiftlerin birbirlerini etkili bir şekilde dinlememeleri olarak ifade edilmektedir. (Yager, 2002) başarılı aileleri, çiftlerin konuşurken birbirlerini çok iyi bir şekilde dinledikleri ve birbirlerine soru sordukları evlilikler olarak ifade etmektedir. Bu bağlamda yapılan araştırmalar, insanların sadece %3'ünün birbirlerini gerçekten can kulağı ile dinlediklerini ortaya koymaktadır. Başka bir söylemle, insanların %97'si karşısındaki konuşurken kendi duyguları ile meşgul olmakta, birçoğu da karşısındakine ne söyleyeceğini düşünmektedir. Burada olması gereken ise, simetrik konuşma biçiminin uygulanmasıdır. (Özkan,2015:151).

Evliliğinde uyumu yakalayan çiftler üzerinde yapılan bir araştırmada, çiftlerin evlilik öncesi her detayı açık ve net bir şekilde konuştukları, aile dinamiklerinin anlaşılır şekilde ifade edildiği, evliliğe dair istek ve beklentilerini dürüstçe dile getirdikleri ve evlilikte biz” olabilen çiftler olduğunu ortaya koymaktadır. (Cüceloğlu, 2017:79-186). Evlilikte uyum sorunu yaşayan çiftlerin temel problemlerinden birisi de evlenirken kök aileleri ile vedalaşmayı gerçekleştirememeleri olarak ifade edilmektedir. Kişiler, evlenirken, kök aileleri (anne-baba) vedalaşmayı gerçek manası ile başaramazsa, tek olmaktan çift olmaya geçen süreçte, sık sık sorun yaşanmakta, evlilikte ben olmaktan biz olmaya geçilememektedir. Evliliklerin birçoğunda yaşanan problemlerin temel noktası, kişinin kök ailesinden tam anlamıyla ayrışma sağlayamayıp, vedalaşamaması olmaktadır. Burada kastedilen veda, aileden uzaklaşma, kopma değil, kişinin evlendiği kişiyi tam olarak benimsemesi ve öncelikli ailesi eşinin olmasıdır. Boşanmaların çoğunda, çiftlerin bu sorunu yaşamaları yatmaktadır. Bekârlığı ile vedalaşamama durumu, kişinin kök ailesinin yanında daha çok zaman geçirmesi, onları eşinden önce ilk sıraya koyması, daha da vahim olanı, bu yaşadıklarının farkına varmayarak, evlilikte başka nedenlerden dolayı sıklıkla eşleri ile tartışma ve evliliklerini bitirme yoluna gitmeleri olmaktadır. Evli çocuğundan, ayrılmayı sağlayamayan annelerin çocukları, bir süre sonra, eşlerinden ayrılmayı yeğlemektedirler. Çünkü anneler, çocukları evlenirken tam anlamıyla, onlarla vedalaşmadıkları için, kendini birinci kadın, gelini ise dışarıdan ve yabancı olarak görmektedir. Annenin bu tavırlarına, oğlu ve eşi tarafından bir sınır konulmadığı müddetçe, dışarıdan ve el gibi hissettirilen gelin bir süre sonra aileden ayrılmaktadır. Sonuç olarak, evlenirken çocuğu ile vedalaşmayı sağlıklı bir şekilde gerçekleştirmeyen anneler, evlilik dinamiklerine ciddi anlamda zarar vermektedirler (Orhan,2017:51-52).

Evlilikte uyumu ve başarıyı sağlayan çiftler, her koşulda, yaşadıkları olumsuz şeylerde bile olumlu bir yan gören pozitif kişiler olmaktadır. Sanılan en olumsuz zamanlarda bile, geleceğe olumlu bakan insanların, ailesinin stresini %70 oranında azalttığı ortaya konmaktadır (Atienza, Stephens, Townsend,2002’ den akt. Niven,2005:63). (Henderson, Sayger, Horne,2003) mutlu ailelere dair yaptıkları araştırmalarında, çiftlerin mutlu ve huzurlu bir ailede yetişmişlerse, yüzde yetmiş oranında ikisinin de evliliklerinde mutlu olduğu sonucuna ulaşmaktadırlar akt.

Niven,2005:225). (Gottman,1999:97-98) evliliklerin bozulma sebebi olarak, çiftlerin birbirlerini önemsizleştirerek, göz ardı etmelerinin altında derin sebepler yattığından bahsetmektedir. Eşlerden birinin diğerini sürekli eleştirmesi, yaptığı davranış üzerinden değil de kişilikleri üzerinden eleştirmeleri, sıklıkla terslemeleri, çürümeye yüz tutan bir ilişkinin yol açtığı bastırılmış öfkenin yol açtığı düşmanlık belirtileri olmaktadır. Çalışma bulgularına göre, çiftlerden biri diğeri ile yeterince yakın ilişki kuramıyorsa, bunun nedeni olarak, bağımsızlık isteği ile, yakınlık ihtiyacı arasında denge kurulamamasından kaynaklandığı öngörülmektedir. Bu bağlamda, kimi insanlar, ilişki içerisinde bağlanma, kimisi de bağımsızlık ihtiyacının fazla ve sürekli talep etmektedir. İnsanlar bu tayfın, iki zıt uçlarında yer alsalar da hissiyatlarının farklılıklarına varıp birbirlerine saygı duydukları müddetçe, evlilik uyumunda başarıyı sağlamaktadırlar.

Gottman (1999:169-175) duygusal zekâsı yüksek eşleri, diğer çiftlerden ayıran şeyin, sorunlar karşısında onarma girişiminde bulunan çiftler olduğundan bahsetmektedir. Burada esas olan, onarma girişimi yapmakla birlikte bu çabalarının eşlerine ulaşıyor olmasıdır. Bunun sebebi ise, eşlerin arasındaki negatif havanın, aralarındaki ilişkiyi perdelememiş olması olarak öngörülmektedir. Birçok durumda, çiftlerin problemleri onarma girişiminde bulunmaları, buna karşılık diğer eşin bunu kavrayamaması, mesajı alamayan kişinin, ilişkide fazlaca dolması, öfke ile taşması olarak ifade edilmektedir. Kişi, çocukluğundan itibaren anne babası ile, sınırları olmayan ve sağlıklı bir ilişki biçimine sahipse, bu durum kişinin evlilik uyumunda ciddi bir problem oluşturmaktadır. Çocuklarını yetiştirirken, fazlaca abartarak yücelten veya onların kendilerine ebeveynlik yapmalarını bekleyen kişilerin, evliliklerinde müzmin problemler yaşadıkları görülmektedir. TÜİK verilerinde, boşanma nedenlerinde, “kök” aile sorunlarından kaynaklanan faktörler ilk üçte yer almaktadır. Evliliğin dinamiğinin sağlıklı olması için, üçgen içerisindeki tüm tarafların sınırlarını bilmesi ve beklentilerin olması gereken düzleme çekmesi gerekmektedir. Bu sistemin temel noktası ise, eşler olmaktadır (Yabancı,2017:65).

Kişinin, sosyal ve özellikle evlilik ilişkisini sekteye uğratan en önemli durumun, aşırı müdahaleci, otoriter, değersizleştirici, bağımlı bir şekilde büyüyen anne baba tutumlarından ileri geldiği araştırmalarla ortaya konmaktadır. Ebeveynlerin, çocuklarına karşı, bu şekilde davranmaları, müdahaleci tavırları ve bağımlı sınırları, sınır ihlali oluşturmaktadır. Ebeveynlerin, çocuğunun her şeyine müdahale etmesi,

her şeyi hatırlatmak istemesi, çocuğun hayatındaki her detayı bilmek istemesi, sınır ihlali olmaktadır. Bunu yapan ebeveyn, her şeyi kontrol etmek isteyip, her şeye vakıf olmak isterken, çocuğun sınırlarını yıkmaktadır. Bu tarz aile yapılanması içerisinde büyüyen kişinin, evlendiğinde mutlaka “kök aile” problemi yaşadığı ve eşi ile ailesi arasında kaldığı görülmektedir. Kişinin kök ailesinin (anne-babasının), müdahaleci tavrına devam etmesi ve kişinin eşini kontrol etmeye çalışması, diğer eşi ikilemde bırakmaktadır. Kontrolcü ebeveynle yetişen kişilerin, en çok yaşadığı sorun ailelerine sınır çizememeleri olduğu görülmektedir. TÜİK verilerine göre, istatistiksel olarak, boşanan kadınların, %75’i, erkeklerin ise, %67’si boşanma süreçlerinde “kök ailelerin” boşanma süreçlerini hızlandırdığını ifade etmektedirler. Bu istatistik veriler, kişilerin “sınır” çizme konusundaki eksikliğini göstermektedir. Kişinin, ayrılma aşamasında, boşanma konusunda kararsız kalıp, sürece ailesinin onayını dahil etmesi, o kişinin” iç içe geçmiş “aile yapılanmasını göstermektedir. Bu tür yaşanacak olumsuz durumların önüne geçmek için, eşlerin” kök” ailelerine gereken sınırı çizmeleri, kök aileden kopulmadan, kırıcı olmayan bir dille ebeveynlere, kendisinin bir aile kurduğu ifade edilmesi gerekmektedir. Ebeveynlerin, çocuklarından bekarlıklarındaki gibi, beslenip talepleri üzerinden, varoluşlarını sürdürmemeleri ve çocuklarını arada bırakmamaları gerekmektedir. Çocukların da anne babaya, gerekli ilgi, saygı ve görevleri olması gerektiği gibi yaparak, sağlıklı iletişimi kurmaya devam ettirmeleri, eşi ve aile arasındaki dengeyi korumaları gerekmektedir (Yabancı,2019:145).

Yapılan araştırma ve görüşmelerde, çocuğunun evliliğine müdahale eden, yönlendirmeye çalışan, kontrolcü insanların, çocuk merkezli yaşayıp, kendi özünde mutlu olmayan insanlar oldukları görülmektedir. Kendi yaşadığı hayatta mutlu olmayan, huzursuz, olumsuz şeylere meyilli, her yaşadığı olayda eleştirecek bir neden arayan, depresif ve kaygılı insanların, başkalarının sorunları ile uğraşması, kendi yaşadıklarının farkında olmayıp, yaşadıklarını baskılamak için bu şekilde davrandığı sonucuna ulaşılmaktadır (Yabancı,2019:154). Sonuç olarak, mutsuz evliliği olan, anne-babaların çocukların evliliğinden alacaklı oldukları görülmektedir (Yabancı,2019:230). Çocuklarını yetiştirirken, en travmatik etkiye maruz bırakan ve çocuklarda reddedilmiş algısı oluşturan ebeveynler, “otoriter ebeveyn” modelleridir. Bu tarz ebeveynler, çocuklarında duygusal ihmale sebep olmaktadırlar. Çocukluk yaşantılarında, ebeveynlerinden ret algılayan ve duygusal yoksunluk yaşayan

bireylerin, yetişkinlik süresince, sosyal ve duygusal anlamda nasıl etkilendikleri ifade edilmektedir (Webb,2014:47).

Ebeveynlerin çocuğu yetiştirme tarzının, evliliği devam ettirme ve uyum süreci noktasında değerlendirilmesinde, yaşanan sorunlarda işin içinden çıkılmadığında, iş boşanma ile sonuçlanacağı zaman, kayınvalide oğlunun boşanma sorumluluğunu almamakla birlikte, mevcut evliliği de hazmedemediği görülmektedir. Genel olarak, gelin kayınvalide ilişkisinin alt yapısında, ayrışmamış ilişki yatmaktadır. Burada sistemi kuran ve sürdüren kayınvalide olmaktadır. Çocuk ise, annesinin kurduğu bağımlı sisteme dahil olmaktadır. Normal koşullarda, çocuklarda duygusal, zihinsel, fiziksel patoloji olmadığı müddetçe, bağımlılık sistemini kuran kişi kayınvalidedir. Çocuk dünyaya bağımlı olarak gelmemekle birlikte, anne tarafından bu sistem öğretilmektedir (Yabancı,2018:129). Bağımlı annenin, oğlunu kaybetme kaygısı ve yaptığı ajitasyonlar artıkça, gelinin de kaygısı artmaktadır. Burada olması gereken nokta, evliliğin sağlıklı bir zeminde devam edebilmesi için, kök ailesine bağımlı partnerin, ailesinden “ayrılması” değil, “ayrışması” gerekmektedir. Erkek ailesinden “ayrışmalı”, anne çocuğundan “ayrışmalı”, kayın valide, gelini “kabul edici bir tavır sergilemeli, erkek kendi kişiliği ile tam olarak yüzleşmeli, eşinin, esas ailesi olduğunu artık kabul etmelidir. Annesi ile yüzleşmesinde ise, annesine “ayrılan” mesajı değil, “ayrışma” mesajı vermelidir. Tüm bunlar yaşanırken, bu parametreler fark edilmeli ve kabul edilerek, çözüm yolu aranması gerekmektedir (Yabancı,2018:130).

Gottman (2019:98). Uyum sağlama konusunda en etkili yollardan birisi de kişinin, eşine karşı anlayış kabiliyetini artırması, birbirlerine açılma konusunda bol bol pratik yapmaları gerekliliğini ifade etmektedir. Ayrıca eşler arasında, küçük ve tehdit içerikli olmayan sohbetler etmenin önemi vurgulanmaktadır. Evlilik uyumu çiftler arasındaki dinamikler açısından incelendiğinde, göz önünde bulundurulması ilk husus, kişilerin bildikleri ve uyguladıkları evlilik ilişkisi, kendi anne ve babalarının evlilik ilişkileridir (Orhan,2015:27) Kişilerin ailesinde gördüğü evlilik ilişki modeli, şimdi yaşadığı ilişkinin demosu olmaktadır (Yabancı,2017). Bu evlilik demo örneği, anne ve baba ile başlamakta, akrabalar ile devam etmektedir. Diğer bir husus ise, çiftlerin “kök aile” yapılanması içerisindeki konumu, kardeşleri ile olan ilişkisi, sevilmesi, desteklenmesi ve koşulsuz kabul edilip edilmemesi, kişinin evlilik birlikteliği içerisindeki durumuna dair önemli yordamalarda bulunmaktadır.

Orhan, (2015:27). Bir kişinin, evlilik birlikteliğini uyumlu bir şekilde devam ettirebilmesi için, anne-babasından, sağlıklı bir ayrışmayı sağlaması gerekmektedir. Bu ayrışmayı sağlayan kişi, ailesi tarafından yönetilir bir durumda olmamalıdır. Bu ayrışma, aileden kopuş, uzaklaşma anlamına gelmemektedir. Aileden ayrışmadan ve tam olarak bağımsızlık sağlamadan evlenen kişiler, suçluluk duygusu, kaygı ve olumsuz duyguları yaşamakta ve bu duyguları evliliğine yansıtarak, evlilikte uyum problemleri ile karşılaşmaları muhtemel olmaktadır.

Evlilik, bir iletişim ve etkileşim sistemi olarak, bu sistemin dinamiği çiftler arasındaki sözlü ya da sözlü olmayan mesajların alınıp verilmesi ile ölçülmektedir. Evlilik ilişkisinin uyumu, temel çerçevede, çiftler arasındaki iletişimin, yeterince sağlıklı, enerjik olmasına bağlı olduğu ifade edilmektedir (Özügürlü,2013:305). Çiftlerin, evlilik birlikteliği içerisinde, çeşitli iletişim problemi, çatışma ve sorun yaşamaları, özellikle evliliklerin %50 gibi bir kısmının boşanma ile bitmesi, batı toplumlarında gittikçe artış göstermektedir. Evliliğinde çeşitli uyum problemleri yaşayan çiftlerin, Aile ve çift danışmanlığı için başvurdukları konuların başında, iletişim eksikliği, birbirlerine karşı soğuk ve ilgisiz olmaları, sürekli çatışma durumunda olmaları gelmektedir (Simpson, Doss, Christensen,2004' den akt. Nichols,2013:506). Eşlerin bu problemleri davranışları ve evlilikte yaşanan çatışma ve uyum sorunları, ev içerisinde yaşanan bu olumsuz havanın etkisi, ebeveyn, çocuk ilişkisine de ciddi anlamda zarar vermektedir (Buehler, Krishnakumar, Gerard,2006' dan akt. Nichols,2013:506). Çiftler arasında, çatışmaya ve uyumsuzluğa yol açan etkenlerden birisi de eşlerden birisinin diğerini manipüle etmesidir. Manipülasyon problemi, özellikle eşler arasında yaşandığında, etiyolojik olarak bu durum "narsistik sapkınlık" olarak tanımlanmaktadır. Manipülasyonlar, çiftlerin günlük yaşantıları içerisinde küçük küçük yer aldığında, bir önem arz etmemekle birlikte, "narsistik sapkınlık" haline geldiğinde, çok önemli bir probleme dönüşmektedir. Narsistik yapısı belirgin olan partner, gücünü ve erki sağlamak için, eşini kendi istediği kişiliğe dönüştürmek ve kafasında belirlediği kalıba uydurmak için, baştan çıkarıcı, kurnazca yollara başvurmakta, avcı misali avını manipüle ederek, onun üzerinden kendi varoluşunu tamamlamaktadır. Bu tarz kişiler, her şeyi eşi için yapıyor gibi görünse de kişinin gerçek amacı eşinin kendine itaat etmesi, onu zayıflatıp ilişkide yok etmesi ve kendini güçlendirme amacı taşımaktadır. Kişi, eşini

sürekli eleştirerek, kişiliğine yön vermeye çalışmakta ve eşinin kendi istek ve ihtiyaçlarını unutturmakta özsaygısını tüketmektedir (Couderc & Morelli,2010:7).

Demir ve Durmuş (2015) evliliğini uzun yıllar sürdüren çiftlerin, evliliklerine bakış açılarına dair görüşlerinin incelendiği çalışmada, evlilikleri 30 ve 63 yıllar arasında değişen çiftler ile ilgili, toplam 12 katılımcıya (6 kadın ve 6 erkek) evlilikleri ile ilgili çeşitli şeyler sorulmuştur. Yöneltilen bu sorular dört kategoride toplanmıştır. 1) Evliliği nasıl algıladıkları, 2) Evlilikte yaşanan olası problemler nasıl yaklaştıkları ve sorunların çözümüne yaklaşımları, 3) çiftlerin evliliklerinin bu kadar uzun sürmesinin sebeplerini, 4) evliliklerini devam ettirmede ideal olan eşin niteliklerinin ne olduğudur. Evliliğin uzun sürmesinin sebeplerine bakıldığında, evliliğini uzun süre devam ettiren katılımcıların, %20' si evliliği yuva olarak, %-17.9' u evliliği, çocuk sahibi olma aracı olarak, gördüklerini ifade etmişlerdir. Evlilikte yaşanan sorunları, %26'sı küs kalma süresini uzatmadan, %19'luk kısmı hediye alarak, çözüme kavuşturduklarını ifade etmişlerdir. Evliliklerinin devam etme süresinin gerekçesi olarak, birbirlerine saygı duyduklarını, mutlu olma nedenlerini eşlerinde aradıklarını ve aileye bağlılık olarak ifade etmişlerdir. Özetle, evliliğe nasıl bir anlam yükledikleri, problemlere olumlu şekilde yaklaşım şekilleri ve eşe dair bakış açısı ve değerlendirme, evlilikleri uzun ve mutlu şekilde sürdürme noktasında önemli bir güce sahip olduğu görülmektedir.

Kişinin anne modelinin, evlilik uyumuna ne derece etki etmesi ile ilgili sonuçlar göstermiştir ki; çocuğunu yetiştirirken onu merkez noktasına alan anneler, çocuğunu beslerken bir yandan ondan beslenen anneler ve çocuğunu zamanla kendine bağımlı hale getiren annelerdir. Bu yapılanmadaki anne, çocuğu için her şeyi yaptığından ve kendini feda ettiğinden, bu “haklılık” bakış açısıyla çocuğundan her şeyi isteme ve çocuğunun her şeyine müdahale etme hakkına sahip olduğunu düşünmektedir. Diğer kişilik yapısındaki anne modeli, depresif, memnuniyetsiz, hasta, mazlum ve acı içinde olduğunu söyleyerek odak noktası olmak ve tüm ilginin üzerinde olması dürtüsüyle hareket etmektedir. Böyle yetişen çocuklar ise, sürekli annelerine ilgi ve alaka göstermekle, annelerinin tüm ihtiyaçlarını gidermeye dair mesuliyet hissetmektedirler. Anne bu sistem üzerinden, varoluşunu devam ettirdiği için, bitmeyen psikosomatik rahatsızlıkları görülmektedir. Bu tarz insanlar zamanla iyileşmekten bile korkabilmektedirler. Her şey sunulsa bile, sürekli her şeye bahane bularak, gösterilen ilginin odağında olmaya devam etmektedirler. Kişi, çocukluk

döneminde bağımlılığı sağlayamaz ise, ailesine daha fazla bağımlılık geliştirmektedir. Anne-baba reddi yaşayan çocuklar, evlendiğinde, eşini ikinci plana atarak kök ailesini önde tutarak, en çok onları memnun etmeye çalışan kişiler olmaktadır. Sonuç olarak aşırı verici ebeveynlerle, aşırı alıcı ebeveynlerin çocukları, evliliklerinde en çok “kök” aile sorunları yaşayan ve bu sorunları evliliklerine yansıtan kişiler olarak görülmektedirler (Yabancı,2017:61).

Demir, Durmuş (2015) çiftlerin, evlilikte yaşanan problemlerin çözümünde eşe ve evliliğe yüklenen anlamın önemli bir yordayıcı olduğunu tespit etmişlerdir. Uzun yıllar evliliğini yürüten çiftlerin verdiği cevaplar arasında en çok sorun teşkil eden şeyler; ekonomik sorunlar ve iletişim problemidir. Mühim olan, eşler arasında bir tartışma yaşamaktan ziyade, evliliğin dinamikleri çerçevesinde sorunlara dair bir çözüm yolu üretmektir (Ahmadi, Ashrafi, Kimiaee ve Afzali, 2010). Carnelley & ark. (1994), araştırmalarında çocukluklarında, anneleri ile yakın, pozitif samimi ilişki kuran bireylerin evlilik uyumlarının yüksek olduğu görülmektedir Akt. Karpat,2010). Çiftlerin büyük çoğunluğu evlendiklerinde, yaşamlarının sonuna kadar bir arada olmayı hedefleseler de boşanmalar Türkiye ve diğer ülkelerde (ABD, Almanya, Hollanda) giderek artmaktadır (Barham, Devlin ve Yang, 2009, akt. Uçan, 2007). Evliliklerin boşanma ile sonuçlanmasında, eşlerin evlilik uyum ve doyumlarının azalmasının (Eskin, 2012), evlilikte şiddet unsurlarının olmasının (Celbiş ve Gökdoğan, 2005; Erbek, Eradamlar, Beştepe, Akar ve Alpkın, 2004; Oral, Binici, Büyükçelik 1997; Uçan, 2007), evliliğin eşler için anlamını yitirmesinin, boşanmanın bir sorun çözme yolu olarak görülmesinin (Bohannon, 1970) ve aldatmanın (Kubat, 2012) önemli rolünün olduğu görülmektedir.

Evlilik, aile içi iletişim programlarının evli annelere uygulanması sonucu evlilik birlikteliği içerisinde, psikolojik iyi olma halini ve evlilik uyumunu artırdığı gözlemlenmektedir (Koca, Yüksel, 2017). Demir ve Durmuş (2015) yaptıkları araştırmada, çiftlerin birbirlerine gülümseyerek bakmalarının, birbirlerine olumlu hitap cümleleri kullanmalarının, sorunları çözmede ve evlilik uyumunun artmasında etkili yöntemler olduklarını vurgulamışlardır. Evlilik doyumu, dindarlık, evlilikte sorun çözme arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, erkeklerin sorun çözme potansiyellerinin, kadınlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılrken, dindarlık noktasında ise, cinsiyetler arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır (Hökelikli ve Arvas, 2017). Kendini dindar olarak tanımlayan insanların yaşlarının ilerledikçe bu

tanımları daha net olarak ortaya koydukları görülmektedir. Eğitim durumu ve evlilik doyumu arasında da herhangi bir ilişki bulunmamaktadır. Dindarlık ve eğitim durumu arasındaki ilişkide ise, bu araştırma sonuçlarına göre eğitim durumu arttıkça dindarlıkta düşüş görülmektedir. Evlilik doyumu ve dindarlık ilişkisi arasındaki ilişkiye baktığımızda, dindarlık eğiliminin evlilik uyumunu artırmada olumlu yönde anlamlı farklılık sağladığı görülmektedir. Evlilik doyumunu artıran en önemli etkenlerin başında eş lehine dua etme faktörü olduğu tespit edilmiştir (Hökeli ve Arvas, 2017). Çiftlerin birbirlerine dua ettiklerinde, sorunlarını daha kolay çözdükleri ve evlilik doyumu ve mutluluk düzeyini artırmada, duanın ne kadar önemli olduğu tespit edilmektedir (Hökeli ve Arvas, 2017).

Evlilik uyumu ile ilgili yapılan araştırmalarda evli olan çiftlerin evlilik uyumu ile, pozitif, farklılıklara ve yeniliklere açık, sorumluluk üstlenme ve uyumluluk kişilik özellikleri alt boyutları arasında anlamlılık ve doğrusallık evlilik uyumu ve duygusal gelgitler ve dengeli olmama hali ile arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Özaydınlık,2014). Ebeveynlerinin evlilik ilişkisi çatışmalı olan bireylerin, kendi evlilik ilişkileri içerisinde de bu şekilde davrandıkları, çocukken psikolojik uyumlarının bozulduğundan dolayı sorunlarla baş etme potansiyelleri azaldıkları için bu tarz bir olumsuz ilişki paternine sahip oldukları belirtilmektedir (Öngider, 2006).

Karpat (2010) elde edilen bulgulara göre, eşi alkol bağımlısı olan kadınların, eşi alkol bağımlısı olmayan kadınlara göre daha çok sorun yaşadıkları ve evlilik uyumluluklarının düşük olduğu görülmüştür. Alkol bağımlısı olarak tanımlanan gruptaki kadınların, bağımlı olmayan kadınlar göre, eşlerine yönelik daha çok olumsuz algıda oldukları tespit edilmektedir. Bağımlı grupta yer alan kadınlar eşleri tarafından daha az kabul ve daha çok ret algıladıklarını ifade etmişlerdir. Bu kadınlar eşleri tarafından sevilmediklerini düşündüklerini söylemektedirler. Evlilik uyumuna etki eden en önemli faktörlerden birisi de şemalardır. Özellikle erken dönem uyumsuz şemaların varlığı evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Kiesler 1983' den akt. Uluç, Hekimoğlu (2019),

Evlilik uyumu bağlanma örüntüleri ve şemalar arasındaki ilişkide, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin, erken dönem uyumsuz şemaların, düşmanlık boyutu puanı yüksek, evlilik uyumlarının düşük olduğu görülmektedir. Bağlanma stilleri ve evlilik uyumu üzerine çok fazla araştırma yapılmıştır (Macleane 2001;

Collins & Feeney 2004; Erdoğan- Taycan ve Çepik- Kuruoğlu 2013; Gündoğan 2015' den akt. Uluç, Hekimoğlu 2019), Bodenman ve Randall (2012) Evlilik uyumu ve çiftlerin arasındaki ilişki dinamiklerine dair araştırmalar mevcuttur (Akt. Uluç, Hekimoğlu 2019:189). Aslan, Dumlupınar ve Sağlam (2016), bağlanma ve evlilik uyumu, Elmas (2017) savunma mekanizmaları ve evlilik uyumu, Yalçın (2014) sosyodemografik değişkenler ve evlilik uyumu ilişkisini incelemiştir.

Pektaş (2014) evlilik uyumu ve otomatik düşünceler arasındaki incelemesinde, Evlilik uyumu ve otomatik düşünceler, demografik değişiklikler açısından incelendiğinde, eğitim durumu, yaş, gelir seviyesi, çocuk sahibi olup olmama durumları anlamlı düzeyde yordandırken; otomatik düşünceler, çiftlerin kişiliklerinin uyuşmaması, şaşkınlık ve kaçınma fantezileri ile, erken dönem uyumsuz şemalar arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Erken dönem uyumsuz şemaların varlığı, olumsuz düşünceleri artırmakta ve evlilik uyumu azalmaktadır. Özkan (2015:82). Yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalar göstermiştir ki, bir kuşakta yaşanan evlilikteki uyumsuzluğun, ondan sonra gelen kuşaklara geçme oranı çok yüksek olmakla birlikte, bu durumun diğer gelen kuşakların evlilikteki başarılı olma şansını azalttığını göstermektedir. Amerika' da evli olmayan 1977 üniversite öğrencisi üzerinde, üç kuşak boyunca boşanma araştırması yapılmıştır. 1303 kız, 674 erkek öğrenciye anne, baba, büyükanne, büyükbabalarının evlilik durumları ile bazı sorular yöneltilmiştir. Araştırma bulgularına göre, bu öğrencilerin, anne ve babalarının evlilik uyumu ile büyükanne, büyükbabalarının evlilik uyumu arasında yakın ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Büyükbaba ve büyükanneleri boşanmamış kişilerin, kendi anne babalarının evliliğine göre boşanma oranı, 6,8' e 1 olarak bulunmuştur. Büyük anne-babalarından bir çifti boşanmış veya ayrılmışsa, bu oran, 4,8' e karşı 1'e düşmüştür. Her iki çifti boşanmış ve ayrılmışsa bu oran, 2.6' ya karşı 1 olmaktadır (Dominian,1974).

Evlilik uyumu ve pozitif düşünme arasındaki ilişkiye dair yaptığı incelemede, ebeveynlerin erken dönem çocukluktan itibaren, yetiştirme tarzı, çocuğun olumsuz programlaması, bilinçli ve bilinçsiz elektriksel dürtülere çevrilmekte ve bilinçdışında kalıplaşarak ve katılaşarak, kişinin hayatını etkilediği ve şekillendirdiğini ortaya koymaktadır. Sonuçlar göstermiştir ki, kişinin zamanla düşündüğü şeye dönüştüğü, aşikâr olmaktadır. Olumsuz ve memnuniyetsiz ebeveyn kalıbı ile büyüyen birey, evlilik birlikteliği içerisinde de yaşadığı küçük bir

olumsuzluğa tahammül edememekte, bu olayı büyüterek aşırı ve yersiz tepkiler vermektedir. Oysa eşler birbirlerinin olumlu yanlarına odaklandıklarında, evlilikteki uyumsuzluklar azalmakta, ilişkide gözle görülür şekilde iyileşme sağlanmaktadır (Özkan, 2015:124).

Amerika'da, olumlu bakış açısının, evlilik uyumuna etkisinin araştırıldığı çalışmada, olumlu tavırların, olumsuz tavırlara oranı, 5'te 1' in altına düştüğü zaman, boşanma olasılığın arttığı ifade edilmiştir. Bu çalışmada gözlemlenen çiftlerin, birbirleriyle göz teması kurmaktan kaçınmaları, eksi puan, esprili konuşma pozitif hareketlere artı puan vermişlerdir. 10 yıl süresince, 700 evli çift üzerinde yapılan çalışmada, 10 yıl içerisinde puanları artan çiftlerin evliliklerinin iyi gittiği, puanları düşen çiftlerin evliliklerinde de uyumsuzluklar olduğu ve boşanmaya yaklaştıkları görülmektedir. Çiftlerin iletişim halinde, birbirlerine espri yapmaları, kahkaha atmaları, birbirlerine sıcaklık ve yakınlık göstermeleri, gibi pozitif davranışların, oranı 5'te 1'in altına düştüğünde, boşanma olasılığının arttığı görülmektedir. Araştırma bulgularında, ilgisizlik, bir durum üzerinde inat etme davranışının, olumsuz olarak puan düşürdüğü ifade edilmektedir (Özkan,2015:128).

2.1.1. Evlilik ve Aile

Evlilik, kadın ve erkek arasında akrabalık ilişkisi oluşturan, insanlığın var olduğu ilk süreçten itibaren gelişen ve aile dinamikleri ile zaman içinde değişme gösteren, varlığını devam ettiren ve ettirecek olan bir kurum olarak tanımlanmaktadır (Erişti, 2010). Evliliğinin kişisel ve toplumsal yönü şu şekilde tanımlanır: Kadın ve erkeğin, evlilik birlikteliği içerisinde toplumsal düzenin sürekliliği konusunda görev paylaşımları yapmaları, neslin devamlılığını sağlama, bu doğrultuda yetişecek bireylerin toplumsallaştırılması sürecinin sağlıklı bir şekilde yapılması ve aile bireylerinin sosyal, ekonomik, kültürel ve psikolojik ihtiyaçlarının karşılanmasının sağlanması olarak belirtilmektedir (Özguven, 2001).Evlilik kavramı ilk olarak, M.Ö Mısırdan gerçekleşmiştir. Uzun bir geçmişi olan bu kurum, toplumsal düzeni, kültürel ve geleneksel yapıyı, gelecek nesillerin ihtiyaçlarını giderme ve hukuki olarak desteklenen aile mefhumunun kavramsallaştırılması ile meydana gelen bir topluluktur (Yıldırım,1993, Canel,2007' den akt. Özeydinlik,2014). Evlilikler, bireylerin ve toplumun aynası olarak, bilimsel araştırmaların temel noktalarından

biri haline gelmiştir. 18. yüzyıl bitiminde Fredick Le Play ve Emile Durkeim sosyal hayata dair incelemeler ve aile faktörleri üzerinde rehberlik etmişler ve araştırmalar yapıp aile mefhumunun değişkenleri üzerinde durmuşlardır. LePlay bu alanda 1855 yılında birçok aileyi gözlemlediği ve evlilik dinamikleri ile ilgili sorular sorduğu araştırmalarla ilgili olarak ilk aile araştırmacısı sayılmaktadır (Miller,1986' dan akt. Koca,Yüksel, 2017).

İnsanın, biyopsikososyal bir mevcudiyeti olması sebebiyle, yaşamını devam ettirdiği müddetçe, romantik yakın ilişkilerden kaçınması mümkün değildir. Evlilik ve aile birlikteliği, ilişkilerde bu yapıyı güven temeli üzerine inşa etmek ve devam ettirmek, oldukça ileri duygusal zekaya ve bu zekâ aracılığı ile, duyguların düzenlenmesine ihtiyaç duyduğu görülmektedir (Greenberg & Johnson,2012:216). Anne, baba, çocuktan oluşan bir birim olarak tanımlanan aile kavramı, toplumun çekirdek yapısını oluşturduğundan ötürü, aileyi oluşturan bireylerin tutum ve değerlendirmesinde en önemli fonksiyona sahiptir (Ertürk,2008' den akt. Hatun,2013). Aile, insanoğlunun ilk ve en sağlam sosyal yaşamı deneyimlediği yerdir (Farmer,1979' dan akt. Yüksel, Koca,2017). Evlilik ve aile kavramı arasındaki farkı net bir şekilde ayırt etmek lazımdır. Evlilik kavramı daha çok; kadın ve erkeğin bir arada yaşamak, neslin devamlılığını sağlamak ve çocukları yetiştirmek için bir arada olduğu bir kurumken, aile kavramı ise, daha örgütsel ve grupsal olarak tanımlanmaktadır (Özgüven 2000' den akt. Özaydınlık,2014). (Cüceloğlu, 2017:32) evliliği, iki kişi arasında verilen söz ile başlayan, iki kişi gibi görülen, çoklu ilişki olarak tanımlamaktadır. (Dökmen,2012) evliliği tanımlarken, Avrupa'da yapılan evlilikleri tangoya benzetmekte, Türkiye'de yapılan evlilikleri ise halaya, benzeterek, kültürler arası farklılığa ironik bir vurgu yapmaktadır. Evlilik, insanlık tarihinin ilk var olduğu dönemlerden beri varlığını devam ettirmektedir. Dünya'nın globalleşmesi, değişim ve dönüşümlere mukabil, tüm toplumlarda evlilik kurumu mevcudiyetini yaşatmaktadır. Evlilik kurumu, toplumların, soylarının devamlılığı sağladığından, değişimin ve yeniliklere uyum sağlamanın önünü açacak değişimi de içinde koruduğu görülmektedir. Sonuç olarak aile mefhumu, toplumun, doğru ve sağlam temeller üzerinde yer almasını ve ilerlemesini sağlamaktadır. Aile değerleri, kişiden kişiye, aileden aileye ve toplumdaki topluma değişiklik göstermektedir. Evliliğin varoluşundan bu yana, insanların yaşadığı toplumların ve kültürlerin yansımaları olarak, farklı farklı evlilik çeşitleri oluşmaktadır (Bıçakçılar,2016:15).

Evliliğin, farklı toplumlarda ve kültürlerde içerik olarak değişim ve dönüşümüne rağmen, toplumların hepsinde resmi olarak oturmuş, kabul gören ve onaylanan birliktelik biçimi olarak adlandırılmaktadır (Bıçakçılar,2015:24).

Ailelerin evliliğe olan etkisini incelediği çalışmasında, uyumsuz ve sağlıklı evliliğin temel özelliklerinin, çiftlerden birinin ebeveynlerine, aile bireylerine (anne, baba, kardeş) fazlaca bağımlı ve düşkün olması ve bu durumun eşler arasında huzursuzluğa yol açması olarak ifade edilmektedir. Eşin her şeyi geri plana atarak, kök ailesine çok düşkün olması, evlilikte, çiftler arasında çatışma ve uyum problemlerine yol açmaktadır (Bıçakçılar,2015:56). Çiftler arasında uyumsuzluk problemleri baş göstermeye başlayınca, çiftlerden değişime direnç gösteren ve karşı tarafı değiştirmeye çalışan kişinin, işin içinden çıkamadığını hissettiğinde, eşini tehditkâr sözlerle yaralaması, “istediğim gibi davranmazsan bu ilişki biter” “ya dediklerime tabi ol ya da herkes kendi yoluna” gibi söylemlerde bulunması, ilişkiyi daha kötü hale getirerek çıkmaza sokmaktadır. Tehdit, sorunlar karşısında çare aramak ve değişip ortak noktada uzlaşmak yerine, kolay yola kaçmak olarak değerlendirilmekte ve bu durum baskı yapılan, manipüle edilen eşin kırgınlığını ve kızgınlığını artırmaktadır (Bıçakçılar 2015:88).

2.2. Ebeveyn Kabul-Ret Kuramı (EKAR)

EKAR (Ebeveyn Kabul Red), Rohner tarafından 1975 yılında yayınlanan, çocuğun aile içinde anne ve babası tarafından kabul ya da reddedilmesinin sebep ve sonuçlarının incelendiği bir kuramdır (Güven, 2014). Anne-Baba Kabul-Ret, EKAR kuramına göre tanımı yapılan kabul, anne babanın çocuğuna karşı yakınlık, sevgi, destek, temel ihtiyaçlarını gidermesi, özetle çocuğa karşı sevgisini hissettirmesi olarak tanımlanır. Ret, kabul davranışı olarak tanımlanan şeylerin anne baba tarafından gösterilmemesi olarak ifade edilmektedir. Bunlarla birlikte, çocuğa olumsuz kelimelerin söylendiği, çocuğun incindiği, fiziksel ve duygusal olarak ihmal edilmesi olarak tanımlanabilir (Güven, 2014). EKAR kuramı, çocuğun fizyolojik, sosyal ve zihinsel açıdan hem çocukluk hem yetişkinlik yaşantısındaki dönemlerini ve bu dönemlerdeki psikolojik adaptasyonlarını, çeşitli değişkenleri inceleyen bir kuramdır. Kuramda belirtilen ihtiyaçların, sevgi, ilgi, şefkat, destek beklentisinin, ırk, dil, din farkı gözetmeksizin evrensel bir ihtiyaç olduğundan bahsedilmektedir.

(Rohner, 1986). EKAR ve kişilik kuramları, bireyin çocuklukta reddedilmişlik algılamasının, yetişkin olduğunda psikolojik sağlamlığına ne derece etki ettiğini açıklamaktadır (Örün,2010). EKAR kuramı, bireyin çocukluk yaşantısında anne ve babasından algıladığı kabul ve reddin sebep ve sonuçlarını, bireyin yetişkinlikteki yakın ilişkilerindeki, zihinsel ve duygusal olarak, deneye dayalı verilerle açıklayan toplumsallaştırma kuramı olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 1975' den akt. Babuşcu,2014).

EKAR kuramı, anne- baba çocuk ilişki içerisindeki duygusal iletişimin, yakın ilişkilerle ilintili olduğunu göstermiştir (Rohner,2014' akt. Babuşcu,2014). EKAR kuramının, ilk çıkış noktası, ebeveyn çocuk ilişkisi perspektifinden açıklanmış olsa da ilerleyen zamanlarda, bireyin yetişkinlikteki romantik ilişkisi içerisinde, kabul ve reddin bireyler üzerinde birçok etkisi araştırılmaya başlanmıştır (Rohner,2008). EKAR kişilik kuramı, bireyin çocukken ebeveynleri tarafından reddedilmesinin, yetişkinlikte kişiliğine nasıl etki ettiği ve yordadığını açıklayan kuramdır. Kişi doğduğu andan itibaren, başta anne babası olmak üzere, hep onay alma ihtiyacı içerisinde. Bu süreç yetişkinlikte daha da girift hale gelmektedir (Örün, 2010:40). EKAR kuramında, çocuğun ebeveynleri tarafından reddedilmesi kişiliğinin olumsuz etkilenmesi anlamında hayati bir ehemmiyet taşımaktadır (Örün ,2010:40). Rohner, çocuğun anne babası tarafından reddedilmesinin sonuçlarının, evrensel bağlamda açıklamış ve tanımlamıştır (Rohner,2000). Ebeveynleri tarafından, yeterince sevilmediklerini ve reddedildiklerini düşünen çocuklar, anne baba kabul reddi yaşamayan ve daha çok sevilen çocuklara nazaran, daha stresli, olaylar karşısında daha dirençsiz ve zayıf, daha tutarsız olmakta, sıkıntılı durumlar karşısında, daha kırılğan, öfkeli bir şekilde hareket etmektedirler (Rohner,1986,2009). EKAR kuramı çerçevesinde, kişinin dünyaya ve yaşadığı hayata dair algısını ve anlamlandırmasını belirleyen temel unsurların, anne babasından algıladığı kabul-ret, erken çocukluk dönemini nasıl geçirdiği önem kazanmaktadır (Rohner,1986).Kişilik alt kuramında bahsedildiği gibi, ebeveyn reddi yaşamış çocuklar, öz-saygı, öz-yeterlilik duyguları noktasında hissizleşmeye meyilli olmakla birlikte, duygusal açıdan tepkileri hissiz, güvensiz, bağımlı ya da savunucu bağımsızlık gösteren, kişiler olmaktadır. Bu noktaya gelen çocuklar, hissettikleri tüm olumsuz duyguları, kâinata atfederek, olumsuz dünya görüşü geliştirirler. O çocuklara göre, dünya, tehlikelerle dolu, düşmanca, güvenli olmayan kötü ve mutsuz oldukları bir yer olmaktadır. Bu bakış

açısı, bu çocukların yetişkin olduğunda da tüm yaşamlarını, yaşadıklarını ve kurduğu ilişkileri de etkilemektedir (Bilen,2013:16). EKAR kuramı çerçevesinde tüm dünya genelinde yapılan çalışmalarda, anne-baba kabul reddinin psikolojik etkileri ve çocuklarda benzer semptomlar yaşadıkları gözlemlenmektedir (Rohner 2004).

Freud, insan yaşamındaki davranış biçiminin, çocuklukta köken davranışlara göre biçimlenmekte olduğunu ifade etmektedir. Bir çocuk yedi yaşına kadar ne öğrendiyse, neler duyumsadıysa, gelecek yaşantısında da bu durumları tekrar edip durmaktadır. Freud, şimdiki zamanda döngüsel tekrarlanan davranışların, temelde olanların tekrarı olduğundan bahsetmektedir (Budayıcıoğlu,2011:274). Freud, kişinin, yetişkinlikte yaşadığı sosyal ve özellikle yakın ilişkilerde, olası problem yaşanan insanların suçlanmamasını ifade etmektedir. Sorun kimin suçlanacağından ziyade, problemlerle, hayatla, yaşanan acılarla nasıl başa çıkılması gerektiğidir (Budayıcıoğlu,2011:318). Bu bağlamda, kişinin tarihi de hep tekerrür halindedir. Kişi yetişirken, ebeveynleri tarafından dayak yiyerek büyüyen çocuk, ya yetişkin olduğunda başka birine şiddet uygular, ya da dayak yemek için bilinçli olmadan uğraş vermektedir. Huzursuz ve kavgalı ortamda büyüyen kişi, kavga eder çünkü, en iyi bildiği yol bu olmaktadır. Mutluluğu görmemişse tatmamışsa bunu oluşturması mümkün değildir. Suçlanmışsa; suçlayacak, eleştirilmişse; eleştirecek, hakkı yenmişse; o da hak yiyecektir (Budayıcıoğlu,2011:396).

Bebekler gelişip büyürken, ebeveynlerinden takdir, tutum ve onay almak için farklı davranışlar geliştirmektedirler. Bu geliştirdikleri yollar aracılığı ile, anne ve babaları ile ilişki kurmaya çalışırlar. Bunun sonucunda aslında, kendilerinde olmayan suni bir kimlik oluşturmaktadırlar. Bunun sonucunda, bu kişi, kendisini yeteri kadar gösteremediği ve anne babası tarafından reddedilmenin, kendisindeki eksiklikten kaynaklandığını düşünmektedir. Ve kişi aşağılık duygusuna kapılmaktadır (Budayıcıoğlu,2015:86). Kişi çocukken gördüğü muamelenin aynısını yetişkinlik döneminde de hem kendisi başka insanlara uygulamaya devam etmekte, hem de aynı muameleyi, başka insanlar tarafından görmeye devam ettiği görülmektedir. Çocukken hep sert muamele gören bir kişi, yetişkin olduğunda da çevresine o şekilde davranmaya devam etmektedir (Budayıcıoğlu, 2003:176). Çocuklarında duygusal boşluğa en çok sebep olan kategorideki aile yapısını, narsist ebeveynler oluşturmaktadır. Bu gruptaki ebeveynler, çocuklarını kendilerinden ayrı bireyler

olduklarını kabul etmeyerek, çocuklarının daha çok kendilerinin bir uzantısı olarak kabul etmektedirler. (Webb,2014:42).

2.2.1. Ebeveynliğin Sıcaklık Boyutu

Anne Baba Kabul Ret kuramının en önemli kısmı, sıcaklık boyutu ile ilgilidir. Çünkü bu boyutta ilgi ve sevgi vardır (Armağan 2019) Ebeveynliğin sıcaklık boyutu, ebeveynlerin çocuklarına karşı sevgilerini, ilgi ve sıcaklığını hem söylemlerle hem de davranışlarla göstermesi olarak tanımlanmaktadır (Rohner, 1986).

Rohner (1986), reddi şu dört kriterler çerçevesinde açıklamıştır:

1. Ebeveynler çocuklarına karşı ilgi, sevgi ve yakınlık gösterme konusunda uzak ve mesafeli davranırlar (sıcaklıktan uzak ve hissiz).
- 2.Ebeveynler çocuklarına kindar, öfkeli ve istilacı yaklaşımlar içerisinde olurlar.
3. Çocuklarına karşı ihmalkâr ve sorumsuz davranma şekli içerisinde olabilirler (umursamaz ve sorumsuz).
4. Ebeveyn çocuk ilişkisi dışarıdan gözlemlendiğinde, yukarıda sayılan üç kriterden hiçbirini göstermediği halde, çocuğun bu duygusal ve düşünceleri hissetmesi ve ret algısı içerisinde olması (ayrışmamış ret).

2.2.2. Ebeveynliğin Kontrol Boyutu

Ebeveyn Kabul Ret Kuramının bir diğer ögesi "kontrol" boyutudur. Kontrol ile bahsedilen, ebeveynin çocuğun davranışlarını ne kadar kısıtlayıp ne kadar izin verici bir tutum sergilediğidir. Kimi anne babalar çocuğuna aşırı serbest bir tutum sergilerken (kontrolleri düşüktür), kimisi anne baba çocuğunu çok sık denetler. Ebeveynlerin çocuklarını en çok denetledikleri konular: Temizlik, etik değerler, doğru beslenme gibi hususlarda olduğu görülmektedir (Öngider,2006' dan akt. Armağan,2019). EKAR kuramının temel aldığı nokta, ebeveyn çocuk ilişkisinde, bu ilişkinin niteliği ve anne babanın çocuğuna olan duygularını nasıl yansıttığının ifade edilmesidir (Özyavru, 2008).

2.2.3. Fenomonolojik Yaklaşım

Fenomonolojik yaklaşım, insanların bir konuda yaşadıkları olaydan ziyade, o olaya nasıl bir anlam yükledikleridir. Kabul-Ret kuramı, fenomenoloji çerçevesinde değerlendirildiğinde ve yorumlama süreci olduğundan, muğlak bir kavram açılımı olarak ifade edilebilmektedir (Özyavru, 2008). Rohner' ın EKAR kuramına fenomenolojik olarak bakıldığında, reddedilmenin objektif değil, çocuğun öznel şekilde yorumlanması olarak bakılmaktadır. Önemli olan, çocuğun yaşadığı olaylar değil, olayları nasıl anlamlandırdığıdır (Örün,2010).

2.2.4. EKAR Kuramının Kişilik Kuramı ve EKAR Kuramının Alt Alanları

Ebeveynler tarafından reddedilmenin boyutları 7 başlıkta incelenmiştir.

2.2.4.1. Bağımlılık veya Savunucu Bağımsızlık

Bağımlılık kavramı ile ifade edilmek istenen, bakım, ilgi, duygusal destek ve yakın davranışlar için, bağlanma figürü addettikleri insanlardan, psikolojik arzu, destek bekleme güdüsüdür. Kuram, bağımlılık isteğinin altında, edimsel, tepki alma eğilimi olduğundan bahseder. Çocuk küçükken, bu durum anne- baba yokken ağlamak, mızıldanmak, onlar tekrar geldiğinde, onlara fiziksel olarak yakın olma isteği olarak ifade edilmektedir. Yetişkinlikte ise, bu durum ebeveynlerden sürekli onay alma çabası içerisinde olma, şefkat gösterilme, sakinleştirilme ve rahatlatılma olarak ifade edilmektedir (Courney, Khaleque, Rohner, 2007' den akt. Örün ,2010:49). EKAR kuramındaki, bağımsız olarak adlandırılan kişiler ise, onay ve olumlu geri bildirimleri ihtiyaçları kadar karşılanmış, onlar için önemli olan kişilerden, anne-baba ve diğer önemli olan kişiler, bakım, destek, ilgi alma arzusunu yaşamayan, bunun için fazladan çaba sarf etmeyen kişilerdir. Buna karşılık, bağımlı kişiler ise, bu ihtiyaçları gidermek için talep edici bir şekilde dışsal onay arayan insanlardır. Kuram, kişilerin bağımlılık derecesini, çocuklukta anne babaları tarafından ne derece reddedildikleri ve kabul edildiklerinin oranı ile ölçmektedir (Örün ,2010:42).

Ebeveynleri tarafından kabul görmüş çocuk, orta derece bağımlı olarak tanımlanırken, anne babanın ret düzeyi arttıkça, çocuğun bağımlılığının da arttığı görülmektedir. Reddedilme boyutu arttıktan sonra ise, bir noktadan sonra çocuk, belli bir noktadan sonra onay ve olumlu tepkiler almak için girişimlerini azalttığı ve

bağımsız gibi görünmeye çalıştığı, ancak "sağlıklı bir bağımsızlıktan "çok, savunucu bir bağımsızlığa geçtiği görülmektedir (Örün,2010:43). Savunucu bağımsızlıkta, kişi onay aramak ve olumlu pekiştirme alan girişimlerinden vazgeçmiş gibi görünse de aslında içten içe bu yakın ilgi, destek, onay, yakınlık arama ihtiyacı devam etmektedir. Hatta çocuk, bu ihtiyaçları karşılanmadığı için, güvensizlik, öfke ve reddedilmenin yol açtığı tepkiselliği sık sık yaşamaktadır (Örün ,2010:43).

2.2.4.2. Duygusal Tepkisizlik

Kişinin, hissettiği duygu ve düşüncelerini, sevgisini net bir şekilde ifade etmesi duygusal duyarlılık olarak tanımlanmaktadır. Duygusal bağlamda duyarlı olan kişiler, insanlarla yakınlık kurmada zorluk yaşamazlar ve kolay iletişim ve ilişki kurarlar. Ebeveynleri tarafından reddedilmiş kişiler, anne babaları tarafından yeterince ilgi ve sevgi görmediklerinden ve öğrenmediklerinden dolayı, yakın ilişkilerde, sevgilerini ifade etmede ve göstermede sorun yaşarlar. Yakın ve samimi ilişkiler kurmaya ihtiyaç duysalar da zarar görme, reddedilme, olumsuz tepki alma kaygısı ile kendilerini geri çekerler. Dışarıdan bakıldığında, duygusal bakımdan soğuk, uzak, mesafeli, görünmektedirler (Örün ,2010:44).

2.2.4.3. Düşmanlık ve Saldırganlık

Düşmanlık, yoğun olarak hissedilen öfke duygusunun, şiddetli bir şekilde yaşanması ve karşıdaki kişiye direkt yansıtılmasıdır (Rohner, Roll, 1980' den akt. Örün, 2010:44). Saldırganlık, hem fiziksel (tekmelemek, vurmak, dövmek) şeklinde, hem sözel olarak (hakaret, küfür, kırıcı şeyler söylemek) şeklinde görülmektedir (Rohner,1999' dan akt. Örün,2010:44).

Düşmanlık ve saldırganlık duygularını doğrudan ifade etmekte zorluk yaşayan kişiler, dolaylı ve sembolik olarak ifade etme yoluna gidebilirler. Pasif agresif tavırlar, rüyalarında ve hayali saldırganlık sahneleri ile gözlerinde canlandırmaları, cinayet, vahşet ve şiddet sahneleri ile yakından ilgilenip okumaları ve bu içerikte filmler izlemelerinin bundan ileri geldiği ifade edilmektedir (Örün,2010:45).

2.2.4.4.Olumsuz Özsaygı

EKAR kuramında, öz değerlendirme "öz-saygı" ve öz- yeterlilik" olmak üzere iki başlık altında ifade edilmektedir. Öz değerlendirme, kişinin duygu, algı ve tutumlarının tamamına dair olumlu ve olumsuz bütün algısı olarak tanımlanırken; öz- saygı, kişinin benlik algısına dair genel duygusal kanısıdır. Olumlu öz-saygı,

kişinin kendi ile barışık olduğu, kendini beğendiği ve onayladığı ve kendisinden memnun olduğunu ifade etmesidir. Olumsuz öz- saygı ise, kendine dair olumsuz bakış açısının olduğu, kendisini onaylamadığı, kendini suçladığı, diğer kişilerden kendini aşağı ve değersiz olarak görmesi olarak ifade edilmektedir (Rohner, 2000).

2.2.4.5. Olumsuz Öz Yeterlilik

Öz-yeterlilik kavramı, kendi hakkında kişinin ayrıntılı, öz değer biçmesi, günlük işlerini yerine getirebilmesi, yaşadığı sorunlarla baş edebilme mekanizması geliştirebilmesi, kendine güvenen, sosyal ilişkilerinde açık ve net rahat ilişkiler kurabilen, yapacağı işlerde başarılı olacağı düşüncesi içerisinde olan kişi olarak ifade edilirken, olumsuz öz- yeterlilik, yaşamın günlük keşmekeşi içerisinde ihtiyaçlarını karşılamakta kifayetsiz olduğunu düşünmesi, mücadele gücü olmaması, problemlerle baş edememesi olarak tanımlanmaktadır (Örün,2010:46).

2.2.4.6 Duygusal Tutarsızlık

EKAR kuramında bahsedilen, "duygusal tutarlılık", kişinin duygu durumunda sürekli değişimler yaşamayan, günlük hayatın koşturmacasında, sakin kalabilen, problemlerle baş edebilen, kaygılanmadan, öfkelenmeden, olaylar karşısında sakin ve duyarlı hareket eden insanlar" olarak tanımlanmışlardır. Genel ruh hallerinde çok dalgalanmalar yaşamayan bu insanlar, gerginlikler, stresli durumlar yaşasalar bile, normal rutinlerine geri dönmeye ve uyum sağlamada zorluk yaşamazlar (Rohner,1986). Buna karşın, duygusal tutarsızlık yaşayan kişiler "günlük rutinlerinin" bozulması, yaşadıkları olayların planladıkları gibi gitmemesi durumunda, hemen strese giren, öfkelenen, insanlar oldukları görülmüştür. Bu kişiler olumlu ve olumsuz duygular arasında iki uçlu olarak gider gelirler ve duygu durumları sürekli değişim halindedir. Mutlu iken, anında depresif ruh haline bürünebilir, dostça bir tavır içindeyken, anında düşmanca ve öfkeli bir tavır sergileyebilmektedirler (Rohner,1986).

2.2.4.7 Olumsuz Dünya Görüşü

EKAR kuramı kapsamında, "dünya görüşü", kişinin evreni ya da mevcudiyetinin özünü, her açıdan değerlendirmesi, kişilerin dünya görüşü, varlığının kalitesinin "olumlu ya da olumsuz" olarak tanımlanması ve algılanması ile ilintili olduğunun ifade edilmesi olarak tanımlanmaktadır. Dünya görüşü pozitif olan kişi, hayatı; güvenli, olumlu, güven verici bir yer olarak algılayarak; buna karşılık olumsuz dünya

görüşüne sahip bir kişi, yaşadığı hayatı; güvenli olmayan, muğlak, tehditkâr, tehlikeli durumların yaşandığı bir yer olarak tanımlamaktadır (Rohner,1986).

2.2.5. EKAR (Ebeveyn Kabul Reddi) Başetme Kuramı

EKAR kuramında, kişilerin anne baba reddi yaşamasının sadece olumsuz tahribatlara yol açmasının yanı sıra, bazı kişilerde, anne baba reddi yaşamasının sonucunda, psikolojik sağlamlıkları daha iyi ve stresli olaylara karşı tolere güçlerinin yüksek olduğu tespit edilmiştir. EKAR kuramı çerçevesinde, bu şekilde davranan kişiler için, "baş ediciler" tabiri kullanılmaktadır. "Araçsal baş ediciler", anne baba reddi yaşamalarına rağmen, duygusal kırılmalar yaşadıklarını ifade etmelerine karşın, profesyonel iş yaşamlarında başarılı, sosyal ilişkilerinde sağlıklı ilişkiler kuran kişilerdir. "Duygusal baş ediciler" ise, ebeveyn reddi yaşamalarına rağmen, yaşamsal ve ilişkisel adaptasyon düzeyleri yüksek, psikolojik açıdan sağlıklı kişilerden olmaktadır (Karpata, 2010:39).

2.3.Eş Kabul Reddi

EKAR kuramı 1999 yılından itibaren paradigmatik değişim ve dönüşümle, erken çocukluk döneminde sadece anne baba reddi değil, hayatın diğer dönemlerindeki, bağlanma figürü olan kişiden partnerleri, romantik ilişkileri ve evlilik birlikteliğinde, eşlerinden algıladıkları, kabul ve reddin, insanın üzerindeki çeşitli etkileri araştırılmaktadır (Rohner,2008). Buna mukabil, Rohner (2001) tarafından, kişinin eşi tarafından reddedildiğine ya da kabul edildiğine dair sübjektif algısının oluştuğu "eş kabul-reddi" kavramını tanımlamaktadır (Rohner,2008).

Ebeveynlerin, çocuklarını yetiştirirken, verdikleri her mesajın ve oluşturdukları her algının, kişinin yetişkin olduğundaki evliliğine nasıl yansıtacağına dair ifadesinde, olgun ve bilinçli anne-babaların, sadece kendilerine ömür boyu bağımlı olmadan, evlat yetiştirilmesi gerektiğini ifade etmektedir (Cüceloğlu, 2017:192). Eş seçimi, insanın yaşamındaki en ehemmiyetli seçimlerden olmaktadır. Sağlıklı, mutlu ve uyumlu evliliklerin yapılabilmesi için, bencil olmayan, sadece kendini düşünmeyen, denetim odaklı ve korku kültüründen arınmış anne babaların, gelecekte çocuklarının evliliklerinin barışsever mimarları olduğu ifade edilmektedir. Denetim ve korku kültürü yapılanması içerisindeki ailelerde, kayınvalide otoriter ve baskın bir tarzda hareket ederek, sözünü dinletmeye çalışmaktadır. Kayınvalide, koşulsuz şartsız

sözünün dinlenilmesini ister. Gelin-kayınvalide arasında yaşanan sorunların temelinde bu güç mücadelesi yatmaktadır. Otoriter ve bağımlı tarzda bir annenin yetiştirdiği erkeklerle yapılan görüşmelerde, bu erkeklerin, annelerine içten içe kızdıklarını, öfke beslediklerini, kızdıkça sevdiklerini, sevdikçe daha çok kızıp suçluluk duygusu ile anneye olan öfkenin, kişi yetişkin olduğunda diğer kadınlara yönetildiği görülmektedir (Budayıcıoğlu,2015:316).

İnsanlar, en yoğun öfke duygusunu en yakınlarına beslemektedirler. Çünkü çocukluklarından itibaren, tüm duygusal ilişkiler, duygu alışverişleri anne, baba ve kardeşlerle kurulmaktadır. Kişi yetişkin olduğunda da bu öfkesini en yakınındaki kişiye yansıtmaya devam etmektedir. Bu aktarım, özellikle evlilik ilişkisinde, kişilerin, anne-babalarının uzantısı olarak gördükleri eşlerine gösterdikleri öfke şeklinde seyretmektedir (Budayıcıoğlu, 2003:148). Bu tarz yetişen kişilerin, sürekli gergin ve sinirli hallerinin, çocuklukta karşılanmamış duygusal ihtiyaçlarından kaynaklandığı ve yetişkinlik halinde yaşadığı öfkenin ekseninde döndüğü belirtilmektedir. Kişiler tarafından bu durum tam olarak bilinmemekle birlikte, yıllar boyunca duygusal ihtiyaçlarına karşılık verilmediği için, yaşanan duygular geçerli görülmediği ve ender olarak fark edildiği için, kişi ebeveynlerine karşı kızgınlık ve öfke hissetmektedir (Webb,2018:91). Çocukluğunda, annesinin sorumluluğunun üstlenen, her şeyin sorumluluğunu alan kişiler ile ebeveynleri arasındaki olması gereken doğal dengenin bozulduğu görülmektedir. Tüm odak noktaları ebeveynleri olan kişilerin, yaşamları boyunca bilinçli olmayan şekillerde, görev, sorumluluk, yük ve diğer insanların sorumluluğunu üstlenme duygusu ile yaşadıkları görülmektedir (Webb,2018:93). Narsist annelerin, genellikle kendi ihtiyaçlarını, çocuklarının ihtiyaçlarından önde gördükleri tespit edilmektedir. Bu tarz ebeveynlerin, çocuklarının herkesin her şeyi olmaya çalıştığı ve çok fazla sorumluluk aldıkları görülmektedir. Böyle yetişen kişiler, annelerini memnun etmenin yolunu, kendi istek ve ihtiyaçları bastırarak, annesinin isteklerine boyun eğmekten geçtiğini ifade etmektedir. Bu durumun “karşı bağımlılık tuzağı” olduğu ifade edilmektedir (Webb,2018:189). Bu şekilde davranış gösteren kişilerin, bu durumu evliliğine yansıtarak, evlilikte uyum problemleri ile karşılaşmaları muhtemel olmaktadır. Aile ilişkilerindeki, bağımlılık ve bağımlılık arasındaki ince noktanın iyi ayırt edilmesi gerekmektedir. Erken çocukluk döneminden itibaren geliştirilen bağımlılık, kişinin yetişkin olduğundaki romantik yakın ilişkilerini

önemli derecede etkilemektedir. Özellikle bu bağımlı ilişki, anne -çocuk arasında gelişmektedir. Özellikler travmatik kişiler, genellikle bu kişiler anneler olmaktadır, bu anneler, çocuklarını kendilerine aşırı bağımlı olarak yetiştirmektedirler. Çocuk, yetiştirilirken, anne çocuğa karşı aşırı korumacı yaklaşmakta ve annenin bu korumacı tavrı, annenin eşi ile mutsuz olduğu evliliklerde, kadının kocasına karşı çocuklarını müttefik olarak yetiştirme kaygısından kaynaklanmaktadır (Orhan,2015:29). Annenin temeldeki beklentisi, ileride eşi ile yaşayacağı sorunlara karşı kendini koruması ve güçlendirmesi olmaktadır. Bu tarz bir anne tarafından yetiştirilen eşler, özellikle erkek çocuklarının, evlendiğinde önceliği annesi olmakta ve tüm mutluluğu annesinin mutluluğu üzerinden yürüttüğü görülmektedir. Kişi, eşinden de kendi annesini mutlu etme gayesinde olmasını, kendi bağımlı olduğu gibi, annesine de bağımlı olmasını, eşinin de kayınvalidesine kendini vakfetmesini, istemektedir. Eşinden istediği bu tavrı görmeyince eşine karşı, öfke ile hareket etmekte ve suçlayıcı tavırlar içerisine girerek, birtakım problemler yaşamaktadır. Yapılan araştırmalar, travmatik ailede yetişen çocukların, özellikle annelerinin onayı olmadan, bir şey yapmak istememeleridir. Böyle yetiştirilen çocuklar, her an annelerinin yanında olmalarının isterken, anneleri de sürekli çocuklarının yanında olmalarını istemektedirler. Ve bu tarz anneler, çocuklarının evlenip evden ayrılmasını bile istememektedirler. Bu yapıdaki anneler, çocuklarının görünürde evlenmesini istiyor gibi görünse de içten içe evlenmesini istemezler. Özellikle güçlü bir gelin adayı söz konusu olduğunda, kontrol etmeye, pasifize etmeye, boyun eğici bir şekilde davranmasını sağlama gayretinde oldukları görülmektedir. Bunu başaramadıklarında ise, gelini ile ciddi bir rekabet ve güç savaşına girerek, evlilik birlikteliği içindeki eşler arası doğrudan ve dolaylı olarak, problem çıkarma potansiyelinde oldukları görülmektedir. Bu yapıdaki annelerin en başlıca özelliği, baskıcı, hükmedici ve otoriter olmalarıdır. Bu aile sistemindeki babalar zamanla etkisizleştirilmiştir (Orhan,2015:30). Bu aile dinamiği içerisinde yetişen erkek, tüm yaşam biçimini annenin onayı ve mutluluğu üzerine kurmaktadır. Kişi ailesi için “beni onlar yetiştirdi ve bu yaşa getirdi, bir annem babam var, eş bulunur anne baba bulunmaz dışarıdan gelen dışarıdır “düşüncesiyle, savunma mekanizması geliştirerek, evliliğinde, sosyal yaşamında ve yaptığı her işte, anne babasının onayını almaya çalışmaktadırlar. Bu durumu eşinin de normal karşılamasını, eşinin de kendi gibi davranmasını istemekte, aynı tavrı görmeyince, eşini suçlamakta, eleştirmekte ve evlilik uyumsuzluğunu had safhada yaşayarak, kendi kişilik yapısı ve kök aile

dinamikleri ile yüzleşmeden eşine karşı mutsuz edici tavırlar sergilediği görülmektedir (Orhan,2015:31). Bu şekilde davranan kişilerin aile yapılanması daha yakından incelendiğinde, annenin patolojik bir yapıda olduğu, babanın geri planda kaldığı, ailede babadan ziyade, anneyi otorite olarak algıladıkları, her şeyi anneleri ile paylaştıkları, kişinin evlilik öncesinden itibaren sürekli annesinden bahsettiği, babadan hemen hemen hiç bahsetmediği, bahsettiği durumlarda ise, babasının annesine haksızlık ettiği, mutsuz ettiği, annesinin yine de babasına iyi tahammül ettiğini, annesine kusursuzluk atfetmesinden çıkarımlar yapılmaktadır. Kişinin annesi, babasına nasıl davranıyorsa, evlilik birlikteliği içerisindeki yetişkin olan kişi de eşine aynı şekilde davranmaya devam ettiği tespit edilmektedir (Orhan,2015:31).

2.4. Şemalar

Şemalar, kökleri erken dönem çocuklukta zor durumlara dayanan düşünce, duygu ve anıların bir yansıması olarak tanımlanmaktadır (Roedieger, Behary, Zarbock, 2013, 2018:205). Şemaların kökenleri, erken çocukluk döneminde, kişiyi zorlayan durumları içeren, anı, düşünce ve duyguların bir yansıması olarak tanımlanmaktadır. Şemalar, bireyin hem kendilik algısına hem de ilişkilerine yönelik hayatı boyunca aktif olan yaygın inanışlar olarak tanımlanmaktadır (Young,2003). Şemalar, bireyin çocukluk ve gençlik süreçlerini yansıtan bir olgu olarak ifade edilmektedir. Değişime direnç gösteren, sert ve katı yapısı ile zamanla kişilerde uyum bozucu bir hale bürünen şemalar, aktive olarak, kişinin yaşadığı olaylara yüklediği anlamlarda, sosyal ilişkilerinde ve özellikle romantik yakın ilişkilerinde negatif duygulanımlar, uyum problemlerine sebep olmaktadır (Young, 2003). Şemalar, katılaşarak erken dönem uyumsuz şemalara dönüşmektedirler. Erken dönem uyumsuz şemalar, bireylerin kendilerini yalnız hissetmesine, özerkleşmelerine engel teşkil etmekte, uyum problemleri ve psikolojik semptomlar yaşamalarına sebep olmaktadır (Özbaş,Sayın,Coşar, 2012 (2012:82). Şemaların temelinde, erken dönem çocuklukta, ebeveynler tarafından karşılanmayan temel ihtiyaçlar ve yaşanan travmatik anıların olduğu düşünülmektedir (Hamamcı , 2005).

Şemalar ile dünyaya dair algımız oluşmaktadır. Şemalar, çocukluk ve ergenlik sürecini kapsayan dönemde gelişip, dönüşerek ve zamanla katı hale gelerek kişinin yaşamını önemli ölçüde etkileyen örüntüsel inanç ve düşüncelerden oluşmaktadır.

Erken dönem çocuklukta karşılanmayan temel ihtiyaçlar, kişi yetişkin olduğunda, benzer yaşantılar yaşandığında, bu durum, kişinin şemalarının tetiklenmesine sebep olmaktadır (Young, Bricker, 2012' den akt. Kevlekçi, 2013:11). İşlevsel olmayan düşünceler, bireyde uyumsuz şemaların tetiklenmesine, neden olmaktadır (Kevlekçi, 2013:67). Şemalar, kişinin dıştan gelen bir uyarıyı ayıklamasına, safileştirmesine, imkân verirken, ayrıca başka bir kişiye dair düşüncelerine yön vermede sahip olduğu şemalar etkili olmaktadır. Bireyin, benliğinde oluşan şemalar hem kendine yönelik hem de çevresindeki kişilere yönelik bir tasnif yapmasına neden olmaktadır (Sentis,Markus, 1982' den akt. Aydın,1996 :43). Şema yapılıması içerisinde, toksik çocukluk yaşantıları ve tecrübeleri asgari düzeyde bile karşılanmayan çocukluk ihtiyaçlarını, kişide daimî, uyumunu bozan, katı yapılar oluşturmaktadır ve bu yapısal şablonlar, kişinin kendini, yakın ilişkilerini, çevresini ve dünyayı algılamasına yönelik ingeler oluşturmaya sebep olmaktadır (Young ve ark.2003).

Kişinin evlilikte eşi ile yaşayacağı ilişki sisteminin ilk temelleri anne babası tarafından oluşturulmaktadır. Ve kişiler yaşamları boyunca, bu durumun farkındalığını yaşamadığı müddetçe, yaşadıkları senaryonun başrolünde oynamaktadırlar. Kişinin yaşadığı problemler, kendisini devam ettirmek ve sürdürmek için var olan problemleri sürdürecektir tarz kişileri seçtiği görülmektedir. İnsan, kurtulamadığı bir durumun kontrolüne girdiğinde, o durum her ne içerikte ise, kendini var edip, besleyecek şartlara sürüklenmektedir. Kişi yarasına merhem olacak kişiyi değil, onu tetikleyip ortaya çıkararak kişiyi seçmesi tesadüfi bir şekilde olmamaktadır. Sonuç olarak, çocukluğunda var olan şemalar, yetişkin olduğunda boyut değiştirerek varlıklarının katı ve dirençli bir şekilde sürdürmeye devam etmektedir (Yabancı,2017:32).

Mükemmeliyetçi, kontrolcü ve eleştirel ebeveyn tarafından yetiştirilmiş çocuklar, hep mükemmelin peşinde olmaları hasebiyle, evlilik ilişkisi içerisinde, eşinin küçük bir hatası karşısında öfkelenerek, aşırı reaksiyonlar gösterdikleri görülmektedir. İlgisiz, soğuk, narsist, asık suratlı, çocuklarının küçük bir hatasında tolere göstermeyen kişilerin, boyun eğici ve fedakârlık şemalarının baskın ve belirgin olduğu görülmektedir. Bağımlı ebeveyn tarafından yetiştirilen kişiler, bakıcı türde eş arayan, sürekli memnun etme gayretinde olan, kontrolcü, hep memnun edilmesi gereken, egosu yüksek bir özellik göstermektedirler. İnsanların yetiştirilme tarzında, anne baba tarafından algılanan hususlar ve oluşan şema şablonları, yetişkinlik

tarzındaki ilişkilerine mühim derecede yön vermektedir. Bu sebepten ötürü, kişi var olan kişilik yapılanmasını yaşayacağı, bildiği ilişki modellemesini devam ettireceği kişiyi tercih etmesi ve o kişi ile kendini tamamladığı yanılgısına düşerek, döngüsünü tamamlamaktadır (Yabancı,2017:34).

Young,Weishar, Klosko (2003) tarafından ortaya konulan kuram, şema terapi ve tedavi bileşenleri ile, amaç, uyum ve tutarlılık gösterdiğini görülmektedir. Şema terapi, Young ve ark. (2003) tarafından, kişilik bozuklukları tanısı koyulan ve tedavilere yanıt vermeyen, hastalıkları tekrar yineleyen, kişilere daha etkili bir tedavi sunmak maksadı ile ortaya çıkmaktadır (Farrel, Reiss, Shaw,2018:23). Şema terapi, bilişsel, psikodinamik, psikoterapi ve geştalt olmak üzere birçok kuramın yapısal olarak birleşmesinden meydana gelmiştir. Bir çocuğun, olması gereken temel ihtiyaçları karşılanmadığında, uyum bozucu şemalar oluşmaktadır. Uyum bozucu şemalar, kendilik algımıza, çevremizdeki insanlarla ve dünyaya dair imgelediğimiz, psikolojik yapılanmayı ve inançları içermektedir ve erken çocukluk döneminde karşılanmamış, belli başlı ihtiyaçların, fitri yapının ve erken dönem çevrenin etkileşimi ile ortaya çıkmaktadır. Şema terapi, bu etkileşimi, değişime meyilli olmak, esneklik modeli çerçevesinde incelemektedir. Şemalar, çocukluk içinden yetişen anılar, fizyolojik uyarımlar, bilişsel öğelerden meydana gelmektedir ve kişinin yaşamı boyunca kompleks bir şekilde artmaktadır. Kişi yetişkin olduğunda, farkına varmadığında bile, yaşanan olaylarda ve ilişkilerde tetiklenerek, aktive olurlar, farkına varılmadığında, uyum bozucu bu şemalar, fonksiyon bozucu ve kısıtlayıcı etkiye sahip olmaktadır (Young,1990,2003).

Uyum bozucu şemalar, aktifleştğinde, Şema terapi modeli içerisinde, “şema modları” ortaya çıkmaktadır. Şema modu, kişinin anlık olarak içinde bulunduğu, tinsel, edimsel, bilişsel ruh hali olarak tanımlanmaktadır. İşlev bozucu modlar ise, uyum bozucu birçok şema tetiklenip, aktifleştği zaman ortaya çıkmaktadır. Birinci ve içgüdüsel çocuk modları (incinmiş çocuk, dürtüsel çocuk, kızgın çocuk), erken çocukluk dönemindeki en temel, sevgi, şefkat, yakınlık, destek, ilgi, özbakım ve özerklik gibi, asri ihtiyaçların karşılanmaması sonucu ortaya çıkmaktadır. İşlev bozucu ebeveyn modları ise (talepkâr ve cezalandırıcı ebeveyn modları) olarak adlandırılmaktadır (Farrel, Reiss, Shaw,2018:23).

Şema terapi modelininin amaçlanan kısımlarını yerine getirmek için, edimsel, bilişsel, yaşantısal olarak, kişide var olan örüntüleri kırma müdahalesinin, stratejik

olarak bütünleşmesini ifade etmektedir. Şema terapiyi özel ve önemli kılan özelliklerden bir tanesi de sınırlı kişilik bozukluğu (borderline) hastalarında, tedavi etkililiğinin yüksek olmasıdır. Şema terapi, sınırda kişilik bozukluğu tedavisine yönelik, tam anlamıyla en kapsamlı yaklaşım olduğu görülmektedir (Farrel, Reiss, Shaw,2018:42).

Şema terapide, farklı bakış açıları ve ekoller eklektik biçimde bütünleştirilmekle birlikte, derinden bir bakış açısı ile, edimsel, duygusal ve bilişsel süreçler, bir potada eriyerek, terapötik süreç zemininde bütünleşmektedir. Erken dönem uyum bozucu şemalar iyileştirilerek, kişinin davranışının fonksiyonelliği artırılmaktadır Çiftler için, şema terapide izlenen yollar; empatik katılma sağlama, ittifak ve terapi için başlangıç sözleşmesi, değerlendirme, formülasyon, tedavi müdahaleleri, çiftler arası arkadaşlığı geliştirmek, sonlandırma ve yinelemeyi önleme adımları olarak ifade edilmektedir (DiFrancesco, Roediger, Stevens,2017:10-12).

2.4.1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri ve Tepkileri

Şemalar, erken çocukluk döneminde, çocuğun ihtiyaç duyduğu mühim olan şeylerin karşılanmaması, ebeveyn desteğinin alınmaması, aile içi çatışmalı durumlar, çocuğun anne- baba reddi yaşaması ile, öğretmeni ve arkadaşları tarafından da olumsuz davranışlara maruz kalması gibi yaşantısal durumlara karşı adapte olmayı da sağlamaktadır (Genderen, Arntz,2009:115). Young (2003) erken önem uyumsuz şemaları, geniş bir şekilde, ifade ederken, “şemalar kümesine” değinerek, şemaları, yaşamın erken döneminde başlayan ve insanın yaşamı boyunca devam ettirdiği bilişsel ve kendilik yıkıcı örüntüleri olarak tanımlamaktadır.

Şemalar, insanların erken dönem yaşantısında birinci dereceden bakım veren ebeveynlerin çocuklarının temel ihtiyaçlarının karşılanmaması sonucunda boşluk şeklinde hissettikleri temel ihtiyaçlardan çıkmaktadırlar. Kişi yetişkin olduğunda bile, şemaların kendini örgütsel olarak devam ettirebilme durumundan dolayı, çocuklukta karşılanmayan temel ihtiyaçların giderilmesine yönelik var olan şemalar daha da katılarak var olmaya devam etmektedirler. Romantik yakın ilişkiler, şema modeli açısından incelendiğinde, çiftlerin paternlerinin karşılıklı çatışkısı ilişkilerini bozan ve sekteye uğratan bir etken olmaktadır (Atkinson,2012'den akt. Babuşcu,2014). Çocukluk yaşantıları, temel gereksinimleri karşılanmayan ve erken

dönem uyumsuz şema şablonları oluşan bireylerin, bilişsel çarpıtmalarla insanlara ve dünyaya dair yanlış düşünceler geliştirmekte oldukları görülmektedir. Onlara göre dünya da insanlar da güvenilmez bir yerdir, kişinin duygusal anlamda (ilgi, sevgi, şefkat) ihtiyaçlarının karşılanması çok mümkün değildir. Bu bakış açısına göre, bireyler şemalarını tetikleyen, onları daha keskin hale getiren eşleri seçmektedirler. Çünkü kişi güvendiği ve bildiği limanda rahat eder ve bu güvenli şemayı devam ettirmek için, alıştığı şablondaki şemada bir eş seçmektedir. Sonuç olarak, var olan şema, başka bir şemayı doğurmaktadır (Young, Rafaelli, Bernstein,2019).

Erken dönem uyumsuz şemalar 18 adettir ve beş ana başlık altında toplanırlar. Bu beş temel şema en çok ilişkili oldukları ve ihtiyacı giderilmeyen 5 temel başlık altında sıralanmıştır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2011). Young ve ark. (2003: 145). Şemaların kökeninde erken dönem yaşantıların olduğuna dikkat çeker ve erken çocukluk döneminde karşılanmayan ihtiyaçların, psikolojik uyumsuzluklar, bağlanma problemleri, duyguların ifade edilmesinde sıkıntılar, otonomi, olumsuz kimlik algısı sorunlarına yol açtığından bahsedilmektedir. Evrensel olan temel ihtiyaçlar çocuklukta sağlanmadığında, birey yetişkin olduğunda, yaşadığı sosyal ve özellikle romantik yakın ilişkilerde erken dönem uyumsuz şemalar aktive olurlar ve çocuklukta yaşadıkları benzer sahneleri tekrardan yaşamaktadırlar (Çakır, Soygüt, 2009).

Erken dönem uyumsuz şemalar, kişinin çocukluk döneminde başlayıp, ergenlik döneminde oluşan ve devam eden, zihinsel, fizyolojik, psikolojik durumların, genel şablonlarla, zamanla daha katılaşarak ve kalıplaşarak, bireyin hem kendi yaşantısını hem de çevresini ve yakın ilişkilerini olumsuz manada etkileyen, işlevsiz düşüncelerdir (Gheisari, 2016' dan akt. Çelik, Makas, 2018:928). Birey, erken dönem uyumsuz şemaların, sağlıksız ve zarar verici olduğunu bilse de tanıdık ve bildik güvenli alan olduğundan, o şema alanını sürdürmekte ve kullanmaktadır (Gheisari, 2016' dan akt. Çelik, Makas, 2018:928).

Literatür araştırmalarında, erken dönem uyumsuz şemaların varlığının, olumsuz annelik tarzının bütün şema alanları pozitif yönde yordadığı, Çalışkan (2017) anne ve babadan algılanan olumsuz ebeveynlik tutumlarının, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, şema alanlarını yordadığı belirtilmektedir Akt. Çelik, Makas :928). Şema yapılanması içerisinde, her çiftin ilişki örüntü stillerinin, birbiriyle

çakışması sonucunda, ilişkide uyum bozucu döngüler meydana gelmektedir. Bu durumun erken çocuklukta karşılanmayan duygusal ihtiyaçların sonucunda, oluşmuş şemaların varlığının aktive olarak ortaya çıkmasına sebep olmaktadır (Atkinson,2012' den akt., Babuşcu:86).

Şema modellemesi sağlıklı olan kişilerin, eş seçiminde ebeveynlerine benzeyen kişileri seçme ihtimalleri oldukça yüksektir. Çocuk, somut işlemler döneminde, anne babasından algılayamadığı olumsuz davranışları, soyut bir yeti ile ayırt edemediğinden, bu durum çocuğun benliğine nüfuz etmektedir. Çocuk ebeveynlerinden aldığı her duyguyu ve algıyı bilinçdışında istiflemektedir. Ve bu biriken şeyler, zaman içerisinde adı konulmayan duygu, düşünce ve davranışlara dönüşmektedir. Yetişkinlikte yaşanan, duygu durum bozuklukları, kişinin tavır ve davranışlarını kontrol edememesinin bu sebepten kaynaklandığı görülmektedir. Fedakârlık şeması baskın olan kişilerde, narsist bir baba ve bağımlı bir anneden, isteği olmadığı, somurtan, surat asan, cezalandıran ve çocuğunu yok sayan anne babadan, koşulsuz sevilmeyen bir aileden (şunu yaparsan seni severiz gibi), ve tüm bunların sonunda, tek başına kalacağı korkusu meydana gelmektedir (Yabancı,2017:40).

Kişi, ailesi tarafından yetiştirilirken, “memnun etmelisin, “mutlu etmelisin” telkinleri ile yetiştirildiğinde, bu şablonlar, kişinin yetişkinliğindeki karakterinin ana unsuru olmaktadır. Kişinin, ebeveyninin mutlu edilme kalıpları, çevresindekilerin “memnun edilme “ve tasdik edilme” kalıpları, kişinin süper egosu ile hareket ederek, “kim ne der düşüncesi” ile, insanları memnun etmeye çalışmasına sebep olmaktadır. Fedakârlık, boyun eğicilik, bağımlılık, onay arayıcılık, mükemmeliyetçilik şemalarından bir ya da daha fazlasına sahip olan kişiler, bencil, sorumluluklarını size yükleyen, ilişki içerisinde kendi alanını geniş tutmaya çalışırken, eşinin alanını daraltan, benmerkezci, memnuniyetsiz ve yaşanan sorunlarda kendini haklı gören birini eş olarak seçmesi muhtemel olmaktadır (Yabancı,2017:71).

Çocukluk yaşantısında, ebeveynler tarafından karşılanmayan, temel duygusal istek ve ihtiyaçlar, kişide erken dönem uyumsuz şemaların oluşmasına yol açmaktadır. Erken dönem uyumsuz şemalar, çocukluk döneminde, oluşan, oldukça, sert, katı ve daimî yetişkinlikte katlanarak örüntüsünü devam ettiren, öngörüsül, duygusal, öz-yıkıcı imgesel modellerdir. (Young, Kolosko, Weishaar,2003' den akt., Babuşcu,2014). Şemalar, erken çocukluk yıllarında, çocuğun karşılanmayan temel

duygusal ihtiyaçlarından doğmaktadır. Şemaların, kendi varlıklarını katı bir şekilde koruma ve sürdürme özelliği olduğundan dolayı, kişi yetişkin olduğunda da benzer ihtiyaçların karşılanmasını engellemeye devam etmektedirler (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:25). Young ve ark. (2003) tarafından, 18 tane olan erken dönem uyumsuz şemalar,5 alt başlığı altında toplanmaktadır (Arntz, Genderen,2017:197).

Şemalar, kişinin yaşantısının erken döneminde, çocukken karşılanmayan belli başlı ihtiyaçların giderilememesinden kaynaklanmaktadır. Şemaların, varlıklarını koruyup sürdürme özellikleri olduklarından dolayı, kişiler yetişkin olduklarında da aynı ihtiyaçların karşılanmasını engellemeye devam etmektedirler. Bu bağlamda 18 adet şemadan erken dönem uyumsuz şemalardan bahsedilmektedir. Bu şemalar, en çok ilintili oldukları, karşılanmayan başlıca beş alan altında sınıflandırılmaktadır. Bu alanda varsayıma dayanmakla birlikte, çeşitli ihtiyaçları biçimlendirmeye yarayan bir algılama aracı olarak hizmet etmektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:25).

2.4.1.1. Birinci Alan: Kopukluk ve Reddedilme

Bu alandaki şema içerikleri, empati, ilgi, sevgi, şefkat, bakım, güvenlik, emniyet, stabilizasyon koşulsuz kabul, saygı gibi en temel, insani ve evrensel istek ve ihtiyaçların giderilmesine yönelik olan kısımlardır. Belirtilen şemaların ortaya çıkması, bireyin erken dönemde ailesinden uzakta olduğu, aileden reddedici tavır hisseden, şiddet uygulanan, uzak ve yıkkın ayrılıklar yaşayan, mesafeli aile bireylerine ve ebeveynlerine sahip kişilerde ortaya çıkmaktadır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:25). Kişi çevresindekilerin ve dünyanın güvenilmez bir yer olduğunu düşünür. Çevresindekilerden, özellikle en yakınındakilerden, ilgi, itibar göremeyeceğini düşünmektedir. İnsanların ona karşı diğerkâm yaklaşmadığından şikâyet etmektedir. Kişinin kök ailesinin, soğuk, duyarsız ve reddedici tavır gösteren bir yapılanmada olduğu görülmektedir. Ebeveynleri (temel bakım verenleri) öngörülemez, duyarsız, ilgi ve destek vermekten yoksun insanlar olmaktadır (Arntz, Genderen,2017:197).

1.İstikrarsızlık/ Terkedilme

Bu gruptaki şemalar, ebeveynler ve yakın ilişkide olduğumuz insanlardan, ilgi, sevgi ve gereken dayanak bulamadığımızda, bu isteklerin giderilmesi için güvenilir ve dengeli olmadıkları, yakın ilgi, destek, duygusal destek ve etken muhafaza edinmeyi

sürdüremeyeceği idrakini kapsamaktadır. Bu şemaların yoğun karşılaştığı bireyler, sık sık öfke nöbetleri yaşarlar, ebeveynleri ya da bakım verenleri tarafından terkedilen, ya da onların ölümleri bu şemaları tetikler ve ortaya çıkarır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:25). Kopukluk reddedilmişlik şema alanı: Bu alandaki şeması aktif olan bireyler, güvenli bağlanma noktasında sıklıkla problem yaşarlar. Başta aileleri olmak üzere, yakın ilişkilerinde de şefkat, ilgi ve destek görme korunma gibi temel ihtiyaçlarının karşılanmayacağı inancı içerisindedirler. Korunma şefkat göremeyecekleri yanılığın sahibi oldukları görülmektedir (Sayın, Coşar, Özbaş, 2012:82).

2.Kötüye Kullanma/ Güvensizlik

Bu şema alanına sahip olan bireyler, insanların onlara zarar vereceği, iyi niyetlerini kötüye kullanacağı yönünde bir algıya sahiplerdir. Zarar verme davranışı kasıtlıdır ya da karşıdaki kişinin bu davranışının altında aşırı bir ihmâl vardır. Diğer insanlara nazaran, bu şema alanındaki birey, her daim insanlar tarafından kandırılacak ya da “kısa çöpü “çeken kişi olacaktır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:26). Kişi temel duygusal ihtiyaçlarının yeterince karşılanmadığı düşüncesinde olmaktadır. Çevresindeki kişilerin, onu manipüle edeceğini, iyi niyetini kötüye kullanacakları endişesi içerisinde, kaygılı bir ruh halinde görünmektedirler. Kişi her durumda, bahtsız biri olduğunu, her kötü şeyin onun başına geldiğini düşünmektedir (Arntz, Genderen,2017:198).

3.Duygusal Yoksunluk

Bu şema alanı, bireyin ebeveyni, bakım vereni ve yakınları tarafından en temel duygusal ihtiyaçlarının bile tatminkâr bir şekilde karşılanmaması sonucu ortaya çıkar. Duygusal yoksunluk üç başlık şeklinde ifade edilir.

- a) Korunma yoksunluğu: rehberlik, yön verme ve güç yokluğu,
- b) Bakım yoksunluğu: arkadaşlık, sıcaklık, sevgi, dikkat yokluğu,
- c) Empati yokluğu: İnsanlara karşı duygularını açma, algılayış, dinleme yokluğu (Rafaelli, Bernstein, Young, 2011:26). Kişi, temel ihtiyaçlarının karşılanmamasının

sonucunda, duygusal yoksunluğu baskın olarak yaşamakta ve bunun akabinde birçok duygusal handikaplar yaşamaktadır. Bu duygusal yoksunluk belirtileri, kimsenin ona akıl vermeyeceği, onu dinleyip duygularını anlama ve hak vermeyeceği, yakın ve sıcak arkadaşlıklar edinemeyeceği yanılgısında oldukları görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:198). Duygusal yoğunluk şeması belirgin olan kişilerin çabuk bağlandıkları araştırmalarla ortaya konmaktadır (Budayıcıoğlu,2015:142).

4. Yabancılaşma/ Sosyal İzolasyon

Bu şema alanındaki kişi, herkesten farklı olduğunu ve hiçbir yere ait olmadığını düşünmektedir. Dünyadan, çevresinden, ailesinden tecrit edilmiş gibi hisseder. Yukarıda sayılan şemalarla (koşulsuz kabul, istikrar, güvenlik) ortak karşılanmamış temel ihtiyaçları olmakla birlikte, bu şema, ebeveynler dışında algılanan dışlanma ile ortaya çıkmaktadır. İfade edilen kusurlar gizli (sosyal alanda kabiliyetsizlik, fiziksel görünümünden memnun olmama hali) olabilir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:27). Kişinin, kendini andan soyutlayarak, dünyadan izole ettiğini, kendini hiçbir yere ait hissetmeden, hiçbir yere tam olarak uyum sağlayamadığına dair çarpıtılmış düşüncelere sahip olduğu görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:198).

5.Utanç/ Kusurluluk

Bu şema alanındaki bireyler, özgüvensiz, sevilmeyen, istenilmeyen, eksik ve deformeli, işe yaramaz ve asla sevilmeye layık olmadıklarını düşünen bireylerdir. Bu kişiler, eleştiriye ya da suçlanmaya karşı aşırı reaksiyon ve güvensizlik belirtileri gösterirler, kendilerine yönelik bir hata algısı yöneltmişse, yoğun bir utanç duygusu içerisine girmektedirler (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:26). Kişi, ciddi bir şekilde özgüven problemi yaşayarak, kendini kusurlu ve kötü bir insan olduğuna inandırmaktadır. Kişiler onun bu özelliklerini fark ettikçe, hiçbir şekilde onunla birlikte olmalarını istemeyecekleri ve onu dışlayacakları düşüncesinde oldukları görülmektedir. Kişinin kendine dair olumsuz benlik algısı oldukça yüksektir. Bu duyguları içselleştirdikçe, utanç duygusu artar ve kendini kusurlu ve sevilmeye layık olmayan biri gibi hissedip bu şekilde tanımlamaktadırlar (Arntz, Genderen,2017:199).

2.4.1.2. İkinci Alan: Kendini Ortaya Koyma/ Zedelenmiş Özerklik

Bu alan özellikle, çekişme, özerklik gibi başlıca ihtiyaçların zamanında giderilmemesi ile ilgili şemaları içermektedir. Bu ihtiyaçların karşılanması akabinde,

özgür olarak var olmasında, fonksiyon gösterme ve başarılı biçimde kendini ortaya koyma şeklinde algılamasını ve çevreden beklentileri ile çatışması ile sonuçlanır. Bu şemalar, aşırı korumacı, çocuğun özgüveninin zedelendiği, çocuğun aile içinde ve dışında kendini göstermede ve ifade etmede yetersiz olan aile yapılarında görülmektedir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:27). Otonomi, kişinin ailesinden özerkleşerek, bireyselliğini sağlaması, yaşantısal bakış açısının getirdiği fonksiyonellikte hareket edip uyum sağlayabilme yeteneğidir. Bu alanda yetersiz olan insanlar, uyumsuz şemalara sahiplerse, kendilik algılarına dair özgüvensiz bir duruş sergilemektedirler. Belirli hedefler koyma ve bu hedefleri gerçekleştirme hususunda zorluklar yaşadıkları görülmektedir (Coşar, Sayın, Özbaş (2012: 82).

6.Bağımlılık/ Yetersizlik

Bu şema alanındaki bireyler, gündelik işlerini bile yaparken başkalarından yardım almadan olayların üstesinden gelemeyecekleri inancına sahiplerdir. Bu durumda yaptıkları işi iyi muhakeme edemeyecekleri düşüncesi ile, başarısız olacakları kaygısı ile hareket ederler. Bu çaresizlik hissini yoğun yaşadıkları zamanlar ise, daha kritik ve hayati durumlar olan (eş seçme, profesyonel karar verme) durumlarıdır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:27). Kişi, günlük rutin ve basit sayılabilecek şeyleri bile yapamayacağı inancı içerisinde, çevresindeki kişiler olmadan bu aktiviteleri bile yapamamaktadır. Bütünüyle çare bulamama haliyle hareket ederek, zamanla çevresindeki insanlara ciddi anlamda bağımlı olarak, onlarsız hareket edemez hale gelmektedirler (Arntz, Genderen,2017:199).

7.Başarısızlık

Bu şema alanındaki bireyler, çevresindeki yaşlılarına nazaran (spor, kariyer, okul, vs.) gibi alanlarda özellikle başarısız ve yetersiz oldukları inancına sahiptir. Kişi kendini yeteneksiz, kültürsüz, cahil, sersem ve kabiliyetsiz ve diğer kişilerden daha aşağıda görmektedir. (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:28). Zamanla bu hali artarak devam eder ve bu şema alanı baskın kişiler, bireysel olarak kendilerine olan inançlarını öyle kaybederler ki, basit şeyleri bile yapma girişiminde bulunmaktan çekindikleri görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:200).

8.İç İçe Geçme

Bu şema alanına sahip kişiler, ferdîleşme sürecini tamamlamadıklarından, ekseriyetle ebeveynleri ile saplantılı bir bağlanma gerçekleştirmektedirler. İç içe geçmişlik düzeyi yüksek olan bireyde, aşırı bağlandığı birey olmadan mutlu olamayacağı düşüncesi hakimdir. Bu şema şablonuna sahip bireyler, sürekli bir boşluk duygusu içerisinde oldukları ve doğrultularının olmadığı uç hâllerde, varlıklarını sorgulama şeklinde deneyimler yaşamaktadırlar. (Rafaelli, Bernstein, Young, 2011:28). Kişilerin, temel bakım vereni ile bağlanması, bağımlılık şeklinde olduğunda, ayırışamama hali ile, iç içe geçmiş saplantılı bir ilişki geliştirmektedirler. Bu iç içe geçmişlik hali dolayısı ile, kişinin kendi kimliği sağlıklı bir şekilde gelişmemektedir. Kişinin, diğer kişiye bağımlılığı öyle bir safhaya gelir ki, kişi o olmadan hayatının bir anlamı olmayacağını düşünmektedir (Arntz, Genderen,2017:200).

9. Zarar Görme veya Hastalanmaya Karşı Dayanıksızlık

Bu şema yapılanmasına sahip bireyler, sürekli devam eden kaygılara sahiplerdir. Başlarına bir şey geleceği, bu belaları önlemeyecekleri, gibi felaketleştirme senaryosu içerisinde olduklarıdır. Düşledikleri felaket senaryoları dış kaynaklıdır; deprem, sel, yangın, çığ düşmesi gibi çevresel felaketler; kalp krizi, AIDS gibi tıbbi felaketler bunların başlıcalarındandır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2011:28). Kişi, öyle bir hale gelir ki, başına dünyanın en kötü şeyi geleceği düşüncesi kaygısıyla hareket etmeye devam etmektedir. Başına gelecek belaların karşısında çaresiz kalıp hiçbir şey yapamayacağını düşünmektedir. Kişinin, bu felaketleştirme senaryolarını abartarak, çeşitli önlemler aldığı gözlemlenmektedir (Arntz, Genderen,2017:199).

2.4.1.3. Üçüncü Alan Zedelenmiş Sınırlar

Bu alandaki şema yapısındaki bireyler, başka insanlarla iş birliği yapma, verdiği sözde durma, realist hedefler koyma hususunda ve bu hedefleri gerçekleştirmede zorluklar yaşarlar. Aile sistemleri açısından, serbest, yönlendirilmeyen, otoriteden yoksun yetişmiş bireylerde bu şemalara rastlanmaktadır. (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:29). Bu şema alanı baskın olan bireyler dürtüseldirler, anlık zevkleri için uzun vadeli kazanımlardan uzak gelecek planları yapmadan yaşarlar. Takım halinde çalışma, grup çalışmaları yapma, verdiği sözde durma gibi durumlardan

uzaklardır. Haz odaklı olan bu kişiler, narsist, bencil ve sorumluluktan kaçınan kişiler olarak tanımlanmaktadır (Coşar, Sayın, Özbaş 2012: 82).

10. Büyüklenmecilik/ Haklılık

Bu şema alanı içerisindeki kişi, herkesten üstün olduğunu, ferdi hak ve imtiyazlara sahip olduğuna inanır. Kişi isteklerinin ölçüsü normlar sınırında değerlendirmeksizin o isteklerin gerçekleşmesi hususunda diretir. Burada amaç, ilgi ve tasdik değil güç ve kontrol (en zengin, en güçlü) sağlamaktır (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:29). Kişi, kendini her daim haklı ve diğer insanlardan üstün görme dürtüsüyle hareket etmektedir. Kendini narsist yapılanması içerisinde, herkesin uyduğu kurallara uymayı reddetmektedir. Kimsenin duygu ve düşüncelerine ehemmiyet vermeden, dilediği gibi, sorumluk almadan davranmaktadır. Burada önemli olan, diğer kişiler üzerinde otorite kurarak, yönetme ve onları kontrolleri altında tutma isteği olmaktadır. Bu tarz kişilerin, diğer insanları anlamaktan ve onlara empatik davranmaktan uzak oldukları görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:200).

11. Özdisiplin / Yetersiz Özdenetim

Bu şemadaki birey, şahsi hedeflerini gerçekleştirmek veya duygu ve dürtülerinin uçlardaki ifadesine gem vurmak için yeterli özdenetim sağlama ve önlemeye yönelik müsamaha göstermesi hususunda yaygın bir güçlük yaşamasını ve bunu yapmayı reddetmesini içermektedir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:30). Kişinin bu tavırları haz odaklı olmasından ve anı yaşama isteğinden kaynaklanmaktadır. Hedeflerine ulaşmak için uğraştığı işlerde asla başarısız olmayı kabul edememektedir. Duygularını ve dürtülerini bastıramamakta ve erteleyememektedir. Bu durumun temelinde, gerçeklerle yüzleşememe, onu rahatsız ve huzursuz eden şeylerden kaçınma isteği yatmaktadır (Arntz, Genderen,2017:201).

2.4.1.4. Dördüncü Alan: Diğer Yönelimlilik

Bu alan, en temel evrensel ihtiyaçlardan olan, kendi yönelimli olma ihtiyacının karşılanmasındaki eksikliklerle alakalı şemaları içermektedir. Bu odak, onay, sevgi, aitlik hissi, sevgi, bağlılık ve aidiyet ihtiyacı ile harekete geçer. Ekseriyetle çocuklar, koşullu saygı ve koşullu kabul atmosferinde yetiştiğinde bu durum ortaya çıkmaktadır. Çocuğun, alaka sevecenlik ve onay alma uğruna kişiliğinin önemli yönlerini baskılaması gerekmektedir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:30). Kişinin,

her zaman başta ailesi olmak üzere, çevresindeki herkesin istek ve ihtiyaçlarını dikkate aldığı görülmektedir. Kişinin, bu şekilde davranmasının altında yatan sebep, herkesin takdir ve onayını alma isteği olmaktadır. Aile yapısı genel olarak, sadece belli durum ve koşullarda onu kabul edici (şartlı sevgi), bir yapıya sahiptir. Ebeveynlerinin istekleri, konumları ve ihtiyaçlarının, çocuğun bireysel karakterinden önde geldiği görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:201).

12. Boyun Eğicilik:

Bu şemadaki birey, kendi hayatı üzerindeki hâkimiyetini ve kontrolünü çevresindeki insanlara bırakır; çünkü kişi terk edilmekten korktuğundan, öfke misillemesinden kaçınmak için bu şekilde davranma zorundalığı hisseder. Boyun eğicilik iki şekilde davranışlara yansır:

- a) Duyguların bastırılması: Duygusal olarak ifade edilecek şeylerin bastırılması,
- b) İhtiyaçların batırılması: bireyin istek, tercih ve kararlarının bastırılması olarak ifade edilir.

Boyun eğicilik şemasındaki birey, kişisel istek, duygu ve düşüncelerinin, hiçbir ehemmiyetinin olmadığı algısına sahiptir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:31). Kişi, yaşanacak olumsuz sonuçları önleme adına, kendi duygu ve düşüncelerini bile bastırmaktadır, Yaşanacak, olası problemlerin önüne geçmek için, çevresindeki kişilerin her dediğine itaat etmektedir. Etrafındaki kişilerin, duygularına ve hislerine kayıtsız kaldıkları düşüncesiyle, içlerine attıkları ve baskıladıkları hisler, zamanla öfkeye dönüşmektedir. Öfkenin dışa vurumu, pasif agresif tavırlarla olduğu kadar, somatizasyon (bedenselleştirme) gibi şekillerde dışa kendini göstermektedir. Bu durum, duyguların boyun eğdirilmesi ve ihtiyaçların boyun eğdirilmesi şeklinde kategorize edilmektedir (Arntz, Genderen,2017:201).

13. Fedakârlık

Bu şema alanındaki bireyler, kendi istek ve düşüncelerini ikinci plana atarak, başkalarını mutlu edebilme ve onaylarını alabilme uğruna, o kişilerin isteklerini, olağan dışı bir şekilde merkeze almaktadırlar (Rafaelli, Bernstein, Young, 2011:31). Bu aşırı fedakârlıkları kendilerinden daha zayıf ve muhtaç gördüğü kişilere karşı artmaktadır. Faaliyetlerini, planlı ve istekli bir şekilde sürekli yapmaktadırlar. Kendi ihtiyaçlarını öncelik haline getirmeleri, vicdanen bu kişileri suçlu hissettirmektedir. Çevresindeki insanların yaşadıkları sıkıntılara aşırı duyarlılıkla yaklaşarak, oldukça

işselleştirdikleri görülmektedir. Kendisinin bir sorunu olduğunda ve insanlar aynı duyarlılıkla yaklaşmadıklarında, ciddi anlamda öfkelenerek, diğer insanlara kırgınlık ve kızgınlık içerisinde olmaktadır (Arntz, Genderen,2017:201).

14.Kabul ve Onay Arayıcılık

Bu şema yapısındaki birey, kendilik algısını tanımlamayı, diğer kişinin onay ve vasıflandırması üzerinden sürdürmektedir. Bu kişiler, zaman zaman statü, görünüş, sosyal kabul, para ya da başarı üzerine- onay, beğeni veya ilgi kazanmanın aracı olarak yüksek derecede vurgu yapmaktadırlar. Akabinde bu bireyler, özgün ve gerçekçi olmayan reddedileme tepkisine karşı uçlarda kararlar vermektedirler. (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019:32). Kişi, sürekli, beğenilme, onaylanma ihtiyacı ile, mübalağalı davranışlar içerisinde bulunmaktadır. Kendinden ödün verme söz konusu olsa bile bu davranışlarını, onay alma ihtiyacı ile devam ettirmektedir (Arntz, Genderen,2017:202).

2.4.1.5. Beşinci Alan Aşırı Uyarılmış/ Ketlenme

Kişinin, kendini ifade etme ve rahatlatmadan vazgeçme uğruna, geçici olarak hissedilen duygularını ve ihtiyaçlarını baskılayarak, kendi esaslarını ve prensiplerini takip ettiği görülmektedir. Bu kişilerin ebeveynleri tarafından, mükemmeliyetçilik, duygu ve başarı eksenli, birçok duygusunun bastırılmasını öngörerek yetiştirildiği görülmektedir. Kişinin temel bakım verenleri (anne-baba), kötümser, eleştirel insanlardır. Aynı zamanda, bu kişilerin çocuğundan, yüksek standartlarının karşılanmasını bekleyen insanlar oldukları görülmektedir (Arntz, Genderen,2017:202). Bu şema yapılanmasının ortaya çıktığı aile tipleri; baskıcı, otoriter, acımasız, talepkâr ve cezalandırıcı ebeveyn türlerinin olduğu ailelerde görülmektedir. Bu tarz ailelerde, mecburiyetler, ailenin bitmek bilmeyen istek ve talepleri, vazifeler, kurallara uygun davranmak ağır basmaktadır. Genellikle alta yatan, kişi her daim tetikte olmazsa, her şeyin kötüye gideceği inancı olmaktadır. Bu alanda dört alt şema yer almaktadır (Rafeli, Bernstein, Young,2019:32).

15.Kötümserlik/ Karamsarlık

Bu şema alanındaki bireyler, yaşadıkları her olayda olayların olumsuz yanını görmektedirler. Yaşadıkları her durumdan şikâyet ederler. İş hayatı, mali durumlar, romantik yakın ilişkilerin şu anda iyiye gitse bile, eninde sonunda bozulacağına dair yanlış inançlara sahiplerdir. Yaşanacak felaket senaryoları, abartılı bilişsel yanılgılar

kişileri karamsarlık, kararsızlık, kronik kaygı, şikâyet ve sürekli tetikte olma durumuna sürüklemektedir (Rafaelli, Bernstein, Young, 2019, Arntz, Genderen, 2013:32). Her durumda, yaşayacağı her şeyin, olumsuz yanına odaklanarak, negatif bir yordama ile eninde sonunda her olayın kötü biteceği düşüncesinde olmaktadır (Arntz, Genderen,2017:200).

16.Duyguları Bastırma

Birey, her daim duygu, düşünce ve dürtülerini bastırır, insanlara ifade etmekten çekinir; ifade ettiği takdirde eleştirileceğinden, terkedileceğinden ve kendilik hislerinin kaybolacağı endişesine sahiptir (Arntz, Genderen, 2013: 202). Bu şema alanındaki bireyler, çevresindeki insanların, onu dışlayacağı, eleştirileceği ve kınanacağı endişesi ile, duygularını aşırı derecede bastırmaktadır. En çok bastırılan duyguların başında, öfke, agresif tavırlar, cinsel dürtüler olduğu görülmektedir. Kişinin, kırıldığını ifade etmekten kaçınmakla, duygularını bastırmakla birlikte, olayları rasyonalize etme durumunda olduğu görülmektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:33). Bu şema alanı katı ve yoğun olan bireyler, sürekli endişeli, kötümser ve tetikte bir ruh hali içerisindeyler. Hedefledikleri yüksek kriterlere ulaşabilme adına, duygularını net ifade etmezler, sağlıklı ilişkiler kurmaktan kaçınırlar, kendilerini ve sağlıklarını düşünmeyerek, ödün vererek hedefe kilitlenirler ve birçok duygu ve düşüncelerini bastırarak hareket etme eğiliminde olmaktadır (Özbaş, Coşar, (2012:82).

17.Aşırı Eleştirelilik/Yüksek Standartlar

Bu şema alanı baskın olan bireyler de eleştiriden kaçınmak maksadıyla, davranım biçimlerinde, kendilerini tam anlamıyla ortaya koyma durumunda, içselleştirdikleri yüksek standartları yakalama adına, yoğun emek sarf edilmesi gerektiği düşüncesini hâkim olmaktadır. Bu kişilerin temel özellikleri, başkalarına ve kendine karşı aşırı derecede eleştiricilik, baskı altında hissetme, dinginleşmekte zorlanma görülmektedir. Bu kişiler, sosyal ve romantik ilişkilerinde aksamalar yaşarlar, hayattan zevk alma seviyeleri düşüktür, öz-saygı, başarı algısında bozulmalar yaşamaktadırlar. Yüksek standartlar, kendini kişide şu şekilde göstermektedir. Bu kişiler mükemmeliyetçi, yaptıkları işlerde potansiyellerini yeterince ortaya

koyamadıkları düşüncesinde, kendilerine karşı aşırı derecede acımasızlardır. Hayatlarının birçok aşamasında, özellikle dini, etik, kültürel alan faaliyetlerinde çok radikal şekilde hareket edip -meli, -malı' ifadelerini kullanmaktadırlar (Rafeli, Bernstein, Young,2019:34). Bu tarz davranan kişiler, Şimdiye kadar yaptıkları ile yetinmemekte ve her zaman ortaya çıkan işin daha iyisini yapabilecekleri düşüncesi ile, kendilerini çok fazla yıpratmaktadırlar. Etrafındaki insanlara, yakın ilişkide bulunduğu kişilere karşı her daim, eleştiri ve kusur bulma durumunda oldukları görülmektedir. Zamanla kişi, uyguladığı katı ve esnetilmez sınırlar ve kurullarla hareket ederek, anda olamama, zevk alamama, sosyal ilişkilerinden ödün verme şeklinde sürdürmeyi bile göze almaktadır (Arntz, Genderen,2017:203).

18.Cezalandırıcılık

Bu şema alanındaki bireyler, yaptıkları yanlışlar yüzünden yoğun bir şekilde cezalandıracakları inancı içerisindeyler. Agresyonlu tavırlar içerisinde, sabırsız, aceleci tavırlar göstermektedirler. İnsanların yaptıkları hatalara karşı toleransızdırler ve asla affetmezler. İnsanların, duygularını, hissettiklerini dikkate almadıkları görülmektedir (Arntz, Genderen,2018:203). İstek ve beklentilerini karşılamayan kişilere karşı, aşırı derecede öfkeli, toleransız, hoşgörüsüz ve cezalandırıcı oldukları görülmektedir. Bu şema alanı baskın kişiler, insanların hata yapabilme potansiyellerini göz ardı ederek, karşıdaki kişi ile empati duygusundan yoksun oldukları ifade edilmişlerdir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:34).

2.4.2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalarla Başa Çıkma Biçimleri ve Tepkileri

Şemalar, erken çocukluk döneminde oluşan ve yetişkinlik sürecinde de örüntüsel, katı bir şekilde varlığını devam ettiren, değiştirilmesi çok zor olan yapılar olarak tanımlanmaktadır. Şemaların, kendilerini devam ettirme ve sürdürme meyillinde oldukları görülmektedir. Şemaların özlerinde, tutucu oldukları belirtilmektedir. Katı şemalara sahip olan insanlar, kendilerine, çevresindeki insanlara karşı, dünyaya dair algılarına tutunma meyili içerisindeyler. İnsanlar, bilinçli ve bilinçsiz olarak, var olan şemalarını sürdürme eğilimde olmaktadır. Örneğin, insanların genellikle, cinsel ve duygusal kimyasını, aktifleştiren ve harekete geçiren insanları temel alarak, eş seçme eğiliminde oldukları görülmektedir. "Kötü kızlara" "kötü erkeklere" çekim duyulabilme durumunda oldukları ifade edilmektedir. Çünkü o tarz kişiler, baştan çıkarıcı, kışkırtıcı, mesafeli, güçlü ve heyecan verici görünmektedirler. Bu yüksek

çekimin sebebi, şemaların aksetmesi olarak düşünülmektedir. Görünüşte sessiz, sakın birisi ilgisini çekebilir, çünkü o kişinin duygusal kaynaklarına sahip olmak istenir. Bu sahip olmanın alt planında ise, kişinin “duygusal yoksunluk” şemasını, yani, şefkat, sıcaklık, ilgi ihtiyacı karşılanmayıp, önemsenmeyeceği, isteğini yansıttığı düşünülmektedir. Yani, kişi tanıdığı, bildiği ve güvende olduğu şemalarını devam ettirerek, var olan şemaların aktifleşmesi için, bilinçdışı seviyede, sağlıklı olsa da “çokça kimyası yüksek eşleri seçmektedir. Duygusal yoksunluk şemasını tetikleyen soğuk, uzak ve ilgisiz bir eş, terkedilme şemasını tetikleyen, güvenilir olmayan bir eş, ya da kuşkuculuk şemasını tetikleyen, tacizkar bir eş, var olan sağlıklı şemaların devamı niteliğinde aktifleşerek yaşamda yer etmeye devam ettiği ifade edilmektedir. Sonuçta kişiler, var olan şemalarını tetikleyen yollarla başa çıkma durumundadırlar. Şemalar aktifleştiğinde, korku, üzüntü, öfke, suçluluk duygularına neden olmaktadır. Bu şemalar etkinleştiğinde, üç şekilde baş etme stratejisi geliştirmektedirler. Bu yollar: şema teslimi, şema aşırı telafisi, şema kaçınması”, aracılığı ile baş etmektedir. Şema teslimi, kişinin var olan şemalarını kabullenip değişim adına bir şey yapmaması, şema aşırı telafisi, kişinin var olan şemalarının tam tersini yapması, şema kaçınması, kişinin şemalarını tetikleyecek durumlardan uzak durması olarak ifade edilmektedir (Young ve ark.2003:36).

Baş çıkma tepkileri ve baş çıkma biçimleri bu noktada birbirinden ayrılmaktadır. Baş çıkma tepkisi, meyledilen şeylerin, kendilerini ortaya koydukları, kişiye özel yollar olarak tanımlanırken, baş çıkma biçimleri ise, aşırı telafi, kaçınma, teslim, ya da kaçınma biçimlerinin kullanılarak, şemaların etkinleşmesi ile bahsetme mekanizmasının kullanılması olarak ifade edilmektedir. Zorlu yaşam şartlarına adapte olabilmek, bu yönde çaba sarf etmek, baş çıkma tepkileri ve baş çıkma biçimleri ile, kökenini çocukluktan almaktadır. Zaman zaman kendilerine özgü adaptasyon sağlayan etkenleri olmasına rağmen, sonunda şemalar katı ve uyumsuz hale gelmektedirler (Rafeli, Bernstein, Young,2019:37).

(Young ve ark 2003:39) teslim olma, baş çıkma biçimleri ve aşırı telafinin, kökeninin, insanların ve diğer tüm canlıların yaşanabilecek tehlike durumu ile karşı karşıya kalınca, “donma” “kaçma” ve “savaşma” potansiyelinde olduğunu, insanlarla benzeterek evrimsel mirastan yola çıkılarak öngörülebildiği ifade edilmektedir. Şema terapi bakış açısına göre ise, yaşanan bireysel farklılıklar, sadece doğumla gelen edimsel mekanizmaların bir aksisi olmamaktadır. Bununla birlikte,

yaşamsal deneyimler, örnek olma ve pekiştirme yolu ile de bu meyiller şekil almaktadır. Sonuç olarak, kişinin geliştirmiş olduğu başa çıkma stili ile, biyolojik meyil, genetik faktörler ve yaşam deneyimleri arasındaki bütünsel etkileşimini incelemektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:40).

2.4.2.1 Başa Çıkma Biçimleri: Teslim Tepkileri

Teslim başa çıkma biçimi, kişilerin şemalarına boyun eğme ve itaat etme meyilinde olmaları olarak tanımlanmaktadır. İnsana elem ve üzüntü veren hislerden kurtulmak için, teslim başa çıkma şeması baskın olan bir kişi, acıyı çok yoğun olarak hissetmektedir. Bu kişiler, var olan farkına vardığı şemalarla savaşmak yerine, pasif ve biçare bir şekilde olduğu gibi şemalarını kabul ederler, teslimiyetçi bir şekilde şemalarına boyun eğerler (Rafeli, Bernstein, Young,2019:41). Şemaya teslim olma hem günlük yaşamda hem de klinik muamelelerde çok sık karşılanmaktadır. Psikanalist bakış açısı ile ifade edildiğinde, bu durum “tekrar zorlanımı” olarak adlandırılmaktadır ve geçmişte yaşanan travmatik olaylarla ilişkili olduğundan bahsedilmektedir. Kişinin geçmişte yaşadığı, ona ıstırap veren olayların, şimdiki zamanda, hafızada ya da davranışta, tekrar etme zorlanımı, bu yaşanan olaylara hükmetme girişimi olarak belirtilmiştir (Loewald,1980’ den akt. Young,2019:41). Psikanalist bir başka bakış açısına göre, öz-zedeleyici davranışlar, mazoşizmin farklı bir formu, acıdan alınan bilinçdışı bir zevk olarak adlandırılmaktadır (Frued,1924’ den, akt. Young,2019:41).

İnsanların, şemalarına teslim olduklarında, kendileri dışındaki diğer yetişkinleri, daha üstün, daha güçlü olarak algıladıklarından, kendilerini çocuk gibi hissetmeleri sebebiyle, pasifize, itaatkâr, boyun eğici bir tavır sergileyerek, bağımlı bir şekilde davranarak başa çıkmaya çalışmaktadırlar. Bu davranışlar, bu kişilerin süreksiz bir şekilde güvende hissettirse de aslında sonunda çok daha mutsuz hissetmelerine sebep olmaktadır. Teslim olma, başa çıkma şemasına sahip bireyler, çevresindeki kişilerin onayını almak için çok fazlaca çaba sarf ederler, kendi ihtiyaçlarını görmezden gelerek, diğer insanların ihtiyaçları için didinip dururlar. Bu nedenle “diğeri- yönelimlilik” şeması ile, teslim olma şeması iç içe geçmektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:42).

2.4.2.2 Başa Çıkma Biçimleri: Kaçınma Tepkileri

Kaçınma tepkileri, kişinin var olan şemalarını tetikleyen, insanlardan ve durumlardan kaçınmasını ve uzak durmasını kapsamaktadır. Kaçınma Başa Çıkma biçimi, kişilerin talep ettikleri ilgi ve sevgiye ulaşmak için, günlük yaşam içindeki aktivitelerden tat alma kabiliyeti ve çalıştıkları işlerde, doyum sağlamalarıyla ehemmiyetli bir şekilde çatışarak, kişilerin yaşamlarında kapsamlı bir duruma gelmektedirler (Rafeli, Bernstein, Young,2019:45). Kaçınma Başa Çıkma stiline sahip olan insanların, edimsel kaçınmaya olduğu kadar, bilişsel kaçınmaya da yöneldikleri görülmektedir (Behar, Alcaine, Borkovec,2004' den akt. Young,2018:46). Kaçınma tepkilerinin en önemli özelliği, değişime karşı dirençli olmaları ve çok zor değişmeleridir. Bu durumun başlıca sebebi, olumsuz pekiştirme olarak adlandırılan, edimsel koşullanmanın, kaçınma tepkilerinin güçlenmesinde aracı rol oynamasıdır (Skinner,1953' den akt. Young,2018:46). Olumsuz pekiştirmede, davranış, olumsuz durumdan kaçınarak pekiştirilmektedir. Kaçınma tepkisi, kişide geçici bir rahatlama hissi oluşturarak, şemaların aktifleşmesi ile olumsuz duyguları bastırmakta ve uzaklaştırmak için kullanılmaktadır. Kaçınma davranışı, var olan kaygıyı kısa süreli azaltıyor gibi görünse de aslında yanıltıcı olarak, uzun vadede, kaygıyı daha güçlendirir ve katılaştırdığı görülmektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:46).

2.4.2.3 Başa Çıkma Biçimleri: Aşırı Telafi Tepkileri

Aşırı telafi tepkileri, var olan şemaların” tam zıddını yapmak” olarak adlandırılmaktadır. İhmal edilmiş, duygusal yoksunluk şeması baskın olan bir çocuk, çevresindeki kişilerin dikkatini çekmek için, mübalağalı tavırlar sergilemeyi öğrenmektedir. Derin bir değersizlik/utanç yaşayan çocuk, (kusurluluk şeması), çok fazla çalışarak, derslerinde ve yetişkin olduğunda iş hayatında başarılı olmaya çalıştığı ve bu davranışları gösterirken, agresyonlu tavırlar gösterdiği görülmektedir. Zorbalık yapılan, kendisine kötü muamele yapılan bir çocuk, korkusunu bastırarak, güçlü bir duruş sergileyerek, (tehlike karşısında dayanıksızlık şeması) gaddar bir insana dönüşebilmektedir (Rafeli, Bernstein, Young,2019:49). Aşırı telafi tepkileri, şemalardan kaynaklanan, duygusal açıdan acı veren düşüncelerden, anlık olarak ve bir süreliğine kurtulsalar da şemalar temelinde tedavi edilmemektedirler. Aşırı telafide bulunan kişi, kendisini çok iyi hissedebilir, kişi kendini zafer kazanmış edasıyla hareket edebildiği görülmekle birlikte, altta yatan şemalar, varlığını

koruyarak ve devam ettirerek katılaşılmaktadırlar. Aşırı telafi biçimine sahip insanlar, genellikle bunu tersi durumunun doğru olduğu inancı taşılmaktadırlar (Rafeli, Bernstein, Young,2019:50).

2.5.İlgili Araştırmalar

2.5.1. Evlilik Uyumunu ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Demir, Durmuş (2015) Evlilik süreleri 30 ve 63 yıllar arasında değişen çiftlerin, evliliklerine bakış açılarının incelendiği araştırmada, bu çiftlere evlilikleri ile ilgili çeşitli sorular yöneltilmiştir. Yöneltilen bu sorular dört kategoride toplanmıştır. 1) Evliliği nasıl algıladıkları, 2) Evlilikte yaşanan olası problemler nasıl yaklaşımları ve sorunların çözümüne yaklaşımları, 3) çiftlerin evliliklerinin bu kadar uzun sürmesinin sebeplerini, 4) evliliklerini devam ettirmede ideal olan eşin niteliklerinin ne olduğudur. Evliliğin uzun sürmesinin sebeplerine bakıldığında, evliliğini uzun süre devam ettiren katılımcıların, %20' si evliliği yuva olarak, %-17.9' u evliliği, çocuk sahibi olma aracı olarak, gördüklerini ifade etmişlerdir. Evlilikte yaşanan sorunları, %26'sı küs kalma süresini uzatmadan, %19'luk kısmı hediye olarak, çözüme kavuşturdıklarını ifade etmişlerdir. Evliliklerinin devam etme süresinin gerekçesi olarak, birbirlerine saygı duyduklarını, mutlu olma nedenlerini eşlerinde aradıklarını ve aileye bağlılık olarak ifade etmişlerdir. Özetle, evliliğe nasıl bir anlam yükledikleri, problemlere olumlu şekilde yaklaşım şekilleri ve eşe dair bakış açısı ve değerlendirme, evlilikleri uzun ve mutlu şekilde sürdürme noktasında önemli bir güce sahip olduğu görülmektedir.

Yabancı (2017:61) kişinin, anne modelinin, evlilik uyumuna etki etmesi ile ilişkisine dair yapılan araştırmalarda, çocuğunu yetiştirirken onu merkez noktasına alan anneler, çocuğunu beslerken, bir yandan ondan beslenen anneler ve çocuğunu zamanla kendine bağımlı hale getiren annelerdir. Bu yapılanmadaki anne çocuğu için her şeyi yaptığından ve kendini feda ettiğinden, bu "haklılık" bakış açısıyla, çocuğundan her şeyi isteme ve çocuğunun her şeyine müdahale etme hakkına sahip olduğunu düşünmektedir. Diğer kişilik yapısındaki anne modeli, depresif, memnuniyetsiz, hasta, mazlum ve acı içinde olduğunu söyleyerek odak noktası olmak ve tüm ilginin üzerinde olması dürtüsüyle hareket etmektedir. Böyle yetişen

çocuklar ise, sürekli annelerine ilgi ve alaka göstermekle, annelerinin tüm ihtiyaçlarını gidermeye dair mesuliyet hissetmektedirler. Anne bu sistem üzerinden, varoluşunu devam ettirdiği için, bitmeyen psikosomatik rahatsızlıkları görülmektedir. Bu tarz insanlar zamanla iyileşmekten bile korkabilmektedirler. Her şey sunulsa bile, sürekli her şeye bahane bularak, gösterilen ilginin odağında olmaya devam etmektedirler. Kişi, çocukluk döneminde bağımlılığı sağlayamaz ise, ailesine daha fazla bağımlılık geliştirmektedir. Anne-baba reddi yaşayan çocuklar, evlendiğinde, eşini ikinci plana atarak kök ailesini önde tutarak, en çok onları memnun etmeye çalışan kişiler olmaktadır. Sonuç olarak aşırı verici ebeveynlerle, aşırı alıcı ebeveynlerin çocukları, evliliklerinde en çok “kök” aile sorunları yaşayan ve bu sorunları evliliklerine yansıtan kişiler olarak görülmektedirler (Yabancı,2017:61).

Demir, Durmuş (2015) çiftlerin, evlilikte yaşanan problemlerin çözümünde eşe ve evliliğe yüklenen anlamın önemli bir yordayıcı olduğunu tespit etmişlerdir. Uzun yıllar evliliğini yürüten çiftlerin verdiği cevaplar arasında en çok sorun teşkil eden şeyler; ekonomik sorunlar ve iletişim problemidir. Mühim olan, eşler arasında bir tartışma yaşamaktan ziyade, evliliğin dinamikleri çerçevesinde sorunlara dair bir çözüm yolu üretmektir (Ahmadi, Ashrafi, Kimiaee ve Afzali, 2010' den akt. Demir, Durmuş,2015). Carnelley ve ark. (1994), Araştırmalarında çocukluklarında, anneleri ile yakın, pozitif samimi ilişki kuran bireylerin evlilik uyumlarının yüksek olduğu görülmektedir Akt. Karpat,2010). Çiftlerin büyük çoğunluğu evlendiklerinde, yaşamlarının sonuna kadar bir arada olmayı hedefleseler de boşanmalar Türkiye ve diğer ülkelerde (ABD, Almanya, Hollanda) giderek artmaktadır (Barham, Devlin ve Yang, 2009, akt. Uçan, 2007). Evliliklerin boşanma ile sonuçlanmasında, eşlerin evlilik uyum ve doyumlarının azalmasının (Eskin, 2012), evlilikte şiddet unsurlarının olmasının (Celbiş ve Gökdoğan, 2005; Erbek, Eradamlar, Beştepe, Akar ve Alphan, 2004; Oral, Binici, Büyükçelik 1997; ve Uçan, 2007), evliliğin eşler için anlamını yitirmesinin, boşanmanın bir sorun çözme yolu olarak görülmesinin (Bohannon, 1970) ve aldatmanın (Kubat, 2012) önemli rolünün olduğu görülmektedir.

Aile içi iletişim programlarının, evli annelere uygulanması sonucu evlilik birlikteliği içerisinde, bu durumun kişilerin psikolojik iyi olma halini ve evlilik uyumunu artırdığı gözlemlenmektedir (Koca ve Yüksel, 2017). Demir ve Durmuş

(2015) Yaptıkları araştırmada, çiftlerin birbirlerine gülümseyerek bakmalarının, birbirlerine olumlu hitap cümleleri kullanmalarının, sorunları çözümede ve evlilik uyumunun artmasında etkili yöntemler olduklarını vurgulamışlardır.

Hökelikli, Arvas, (2017) Evlilik doyumu, dindarlık, evlilikte sorun çözüme arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmada, erkeklerin sorun çözüme potansiyellerinin, kadınlara göre daha yüksek, dindarlık noktasında ise, cinsiyetler arası anlamlı bir farklılık bulunmamıştır. Kendini dindar olarak tanımlayan insanların yaşlarının ilerledikçe bu tanımları daha net olarak ortaya koydukları görülmektedir. Eğitim durumu ve evlilik doyumu arasında da herhangi bir ilişki bulunmamaktadır. Dindarlık ve eğitim durumu arasındaki ilişkide ise, bu araştırma sonuçlarına göre eğitim durumu arttıkça dindarlıkta düşüş görülmektedir. Evlilik doyumu ve dindarlık ilişkisi arasındaki ilişkiye baktığımızda, dindarlık eğiliminin evlilik uyumunu artırmada olumlu yönde anlamlı farklılık sağladığı görülmektedir. Evlilik doyumunu artıran en önemli etkenlerin başında eş lehine dua etme faktörü olduğu tespit edilmiştir. Hökelikli, Arvas (2017). Yapılan araştırmalarda, çiftlerin birbirlerine dua ettiklerinde, sorunlarını daha kolay çözdükleri ve evlilik doyumu ve mutluluk düzeyini artırmada, duanın ne kadar önemli olduğu tespit edilmektedir (Hökeleli, Arvas, 2017).

Evlilik uyumu ile ilgili yapılan araştırmalarda evli olan çiftlerin evlilik uyumu ile, pozitif, farklılıklara ve yeniliklere açık, sorumluluk üstlenme ve uyumluluk kişilik özellikleri alt boyutları arasında anlamlılık ve doğrusallık evlilik uyumu ve duygusal gelgitler ve dengeli olmama hali ile arasında negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki saptanmıştır (Özaydınlık,2014). Ebeveynlerinin evlilik ilişkisi çatışmalı olan bireylerin, kendi evlilik ilişkileri içerisinde de bu şekilde davrandıkları, çocukken psikolojik uyumlarının bozulduğundan dolayı sorunlarla baş etme potansiyelleri azaldıkları için bu tarz bir olumsuz ilişki paternine sahip oldukları belirtilmektedir (Öngider, 2006).

Karpat (2010) elde edilen bulgulara göre, eşi alkol bağımlısı olan kadınların, eşi alkol bağımlısı olmayan kadınlar göre daha çok sorun yaşadıkları ve evlilik uyumluklarının düşük olduğu görülmüştür. Alkol bağımlısı olarak tanımlanan gruptaki kadınların, bağımlı olmayan kadınlar göre, eşlerine yönelik daha çok olumsuz algıda oldukları tespit edilmektedir. Bağımlı grupta yer alan kadınlar eşleri tarafından daha az kabul ve daha çok ret algıladıklarını ifade etmişlerdir. Bu kadınlar eşleri tarafından sevilmediklerini düşündüklerini söylemektedirler. Evlilik uyumuna

etki eden en önemli faktörlerden birisi de şemalardır. Özellikle erken dönem uyumsuz şemaların varlığı evlilik uyumunu olumsuz yönde etkilemektedir (Kiesler 1983' den akt. Uluç, Hekimoğlu (2019), Uluç, Hekimoğlu (2019: 187).

Amerika' da evli olmayan 1977 üniversite öğrencisi üzerinde, üç kuşak boyunca boşanma araştırması yapılmıştır. 1303 kız, 674 erkek öğrenciye anne, baba, büyükanne, büyükbabalarının evlilik durumları ile bazı sorular yöneltilmiştir. Araştırma bulgularına göre, bu öğrencilerin, anne ve babalarının evlilik uyumu ile büyükanne, büyükbabalarının evlilik uyumu arasında yakın ve anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Büyükbaba ve büyükanneleri boşanmamış kişilerin, kendi anne babalarının evliliğine göre boşanma oranı, 6,8' e 1 olarak bulunmuştur. Büyük anne-babalarından bir çifti boşanmış veya ayrılmışsa, bu oran, 4,8' e karşı 1' e düşmüştür. Her iki çifti boşanmış ve ayrılmışsa bu oran, 2.6' ya karşı 1 olmaktadır (Dominian,1974' den akt. Özkan,2015:83).

Özkan (2015:124) Evlilik uyumu ve pozitif düşünme arasındaki ilişkiye dair yaptığı incelemede, ebeveynlerin erken dönem çocukluktan itibaren, yetiştirme tarzı, çocuğun olumsuz programlaması, bilinçli ve bilinçsiz elektriksel dürtülere çevrilmekte ve bilinçdışında kalıplaşarak ve katılaşarak, kişinin hayatını etkilediği ve şekillendirdiğini ortaya koymaktadır. Sonuçlar göstermiştir ki, kişinin zamanla düşündüğü şeye dönüştüğü, aşikâr olmaktadır. Olumsuz ve memnuniyetsiz ebeveyn kalıbı ile büyüyen birey, evlilik birlikteliği içerisinde de yaşadığı küçük bir olumsuzluğa tahammül edememekte, bu olayı büyüterek aşırı ve yersiz tepkiler vermektedir. Oysa eşler birbirlerinin olumlu yanlarına odaklandıklarında, evlilikteki uyumsuzluklar azalmakta, ilişkide gözle görülür şekilde iyileşme sağlanmaktadır.

Amerika' da, olumlu bakış açısının, evlilik uyumuna etkisinin araştırıldığı çalışmada, olumlu tavırların, olumsuz tavırlara oranı, 5'te 1' in altına düştüğü zaman, boşanma olasılığın arttığı ifade edilmiştir. Bu çalışmada gözlemlenen çiftlerin, birbirleriyle göz teması kurmaktan kaçınmaları, eksi puan, esprili konuşma pozitif hareketlere artı puan vermişlerdir. 10 yıl süresince,700 evli çift üzerinde yapılan çalışmada, 10 yıl içerisinde puanları artan çiftlerin evliliklerinin iyi gittiği, puanları düşen çiftlerin evliliklerinde de uyumsuzluklar olduğu ve boşanmaya yaklaştıkları görülmektedir. Çiftlerin iletişim halinde, birbirlerine espri yapmaları, kahkaha atmaları, birbirlerine sıcaklık ve yakınlık göstermeleri, gibi pozitif davranışların, oranı 5'te 1'in altına düştüğünde, boşanma olasılığının arttığı görülmektedir. Araştırma bulgularında,

ilgisizlik, bir durum üzerinde inat etme davranışının, olumsuz olarak puan düşürdüğü ifade edilmektedir (Özkan,2015:128).

2.5.2. Ebeveyn Kabul Red (EKAR) Kuramı ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Ebeveyn Kabul Red kavramı, Rohner tarafından (1976,1988,2005) yıllarında kapsamı genişletilerek araştırılmıştır (Özyavru, 2008). Rohner (2000) 'e göre, birçok çalışmada ebeveyn kabul reddi ve çocuğun uyumu arasında ilişki bulunmamıştır ve bu çalışmaların birçoğunda sadece ebeveynin çocuğa davranışı üzerinde durulmuştur. Rohner burada ebeveyn çocuk ilişkisine daha geniş bir perspektiften bakılmasını ve çocuğun duygu, düşünce ve davranış dinamiklerinin de göz önünde bulundurulmasını öngörmüştür (Akt. Örün, 2010). EKAR kuramı çerçevesinde, anne babasına karşı ret algısı olan bireylerin, yaşadıkları birçok şeyde zihinsel yanılığ yaşadıkları ve bu kişilerin romantik ilişkilerinde eşlerinden aldıkları kabul ret algısını da sarstığı ortaya konmuştur (Babuşcu, 2014).Yapılan incelemede anne babasının alkol kullanma paterninin aynı cinsten çocukta çıkma olasılığının yüksek olduğu, baba alkolikse bu oran 4 kat daha fazla erkek çocukta, anne alkolikse aynı davranış kız çocukta çıktığı sonucuna ulaşılmıştır (Güven, 2014).

Eşi alkol bağımlısı olan ve olmayan kadınların anne-baba kabul reddi, psikolojik uyum, eş kabul reddi ve eşler arasındaki çatışma arasındaki ilişki açısından incelenmesinde, elde edilen bulgulara göre, eşi alkol bağımlısı olan kadınların, eşi alkol bağımlısı olmayan kadınlara göre daha çok sorun yaşadıkları ve evlilik uyumluklarının düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alkol bağımlısı olarak tanımlanan gruptaki kadınları, bağımlı olmayan kadınlar göre, eşlerine yönelik daha çok olumsuz algıda oldukları görülmüştür. Bağımlı grupta yer alan kadınlar eşleri tarafından daha az kabul ve daha çok ret algıladıklarını ifade etmişlerdir. Bu kadınlar eşleri tarafından sevilmediklerini düşündüklerini ifade etmişlerdir. Araştırmadan çıkan diğer bulgu ise, eşi alkol bağımlısı olan kadınların anneleri ile uzak, soğuk bir ilişkide oldukları ve anneleri tarafından küçükken ret algısında olduklarından bahsetmişlerdir. Eşi alkol bağımlısı olan kadınların, baba ve anne ret kıyaslamalarına bakıldığında, daha ziyade annelerinden aldıkları ret algısı daha yüksektir. Çünkü anne çocuğun yetiştirilmesinde daha kritik bir öneme sahiptir (Karpat,2010).

Bireylerin evlilik ilişkisi içerisinde yaşadığı kabul ret ile çocukluktaki kabul ret ilişkisi arasında anlamlı düzeyde ilişki ortaya konmuştur. Araştırma bulgularında, anne baba ve eş kabul ret ilişkisinin psikolojik adaptasyon süreci ile olumlu ilişkili olduğu ortaya konmaktadır (Karpata,2010). Anne baba kabul reddi yaşayan çocuklar, düşük benlik algısı ve duygusal ihmal yaşayan çocuklardır (Güven, 2014). Rohner (2000) ' e göre, birçok çalışmada Ebeveyn Kabul Reddi ve çocuğun uyumu arasında ilişki bulunmamıştır ve bu çalışmaların birçoğunda sadece ebeveynin çocuğa davranışı üzerinde durulmuştur. Rohner, burada ebeveyn çocuk ilişkisine daha geniş bir perspektiften bakılmasını ve çocuğun, duygu, düşünce ve davranış dinamiklerinin de göz önünde bulundurulmasını öngörmüştür (Akt. Örün, 2010). Bireylerin evlilik ilişkisi içerisinde yaşadığı kabul ret ile çocukluktaki kabul ret ilişkisi arasında anlamlı düzeyde ilişki ortaya konmaktadır. Araştırma bulgularında, anne baba ve eş kabul ret ilişkisinin psikolojik adaptasyon süreci ile olumlu ilişkili olduğu ortaya konmaktadır. Diğer bulgu ise, eşler arası uyumsuzluklar ve problemlili ilişki seyri; EKAR kuramı çerçevesinde incelendiğinde, babadan çok, anneye dair ret algısının anlamlı düzeyde yüksek olduğu görülmektedir (Karpata,2010).

Çalışma bulgularına göre, babası alkol bağımlısı olan çocuklar, diğer gruptaki çocuklara göre anne baba kabul reddi çerçevesinde, aileden daha çok ret algılamışlardır. Yine babası alkol bağımlısı olan çocukların psikolojik adaptasyonu, diğer gruptaki çocuklara göre daha düşüktür (Önal,2010). Cork (1996), tarafından yapılan araştırmada alkol kullanan bireylerin %90'ı özgüvenli olmadıklarını, çocukken aile tarafından reddedilmişlik yaşadıkları, öfkeli, fazla otoriter ebeveyn davranışlarına maruz kaldıklarından bahsetmişlerdir Akt. Güven, 2014).

Farklı cinsel yönelimli bireylerin algılanan anne-baba kabul reddi ile kimlik duygusu kazanımları ile ilgili betimsel olarak yapılan araştırmada, 80 eşcinsel ve 80 heteroseksüel üniversite öğrencisi olmak üzere, araştırma sonuçlarına göre, olumlu kimlik duygusu ve kabul algısının, kendini eşcinsel olarak tanımlayan insanlara göre daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma bulguları heteroseksüel kişilerin, anne babadan daha fazla yakınlık, ilgi gördüklerini ortaya koymuştur. Bu araştırma bulgularına göre, eşcinsel bireylerin ret algıları, heteroseksüel bireylere göre daha yüksek çıkmıştır. Özellikle eşcinsel bireylerin babalarından algıladıkları ret algısı anlamlı düzeyde farklılık göstermiştir (Armağan,2019). Eş cinsel bireylerin, ebeveynlerinden algıladıkları ret düzeyi yükseldikçe, kabulün düştüğü,

kimlik kazanımı skorunun da düşük olduğu görülmüştür. Kimlik duygusu kazanımı ve yaş, anne baba eğitim durumları ile ebeveyn reddi arasında anlamlı farklılık ortaya koymadığı ortaya koyulmuştur. Ebeveyn kabul ret ve cinsel yönelim açısından incelendiğinde, anne babadan daha çok ret algılayan çocukların eşcinsel yönelimde oldukları, ebeveynler arasında kıyaslandığında daha çok babalarından algıladıkları reddin puanlarının daha çok olduğu görülmüştür.

İlköğretim ve lise öğrencilerinin ağabey ve ablalarıyla ilişkide algıladıkları kabul-reddin anne-baba kabul-reddi, psikolojik uyum, aile içi çatışma ve eş kabul reddi ile ilişkisi, çalışmada, yaşları 9 ve 17 arasında olan, 180 küçük kardeş ve 12-18 yaş aralığında olan ağabey ve ablalar ve 720 anne babadan oluşan çalışma bulgularına göre, çocukların abla-ağabeylerinden algıladıkları kabul ret algısının ve bu süreçte yaşadıkları psikolojik uyumun da anne babalarından algıladıkları kabul ret kadar önemli olduğu görülmüştür. Araştırma sonuçlarında, ağabey ve ablaların, anne babalarından algıladıkları ret yüksekse, kardeşlerine karşı daha reddedici, kabul düzeyi algıları yüksekse, küçük kardeşlerine karşı, daha kabullenici bir tavır içinde oldukları görülmektedir. Bu araştırma sonucundan çıkan diğer önemli husus ise, ebeveynler arasında yaşanan çatışmaların sonucu, ebeveynlerin çocuklarına karşı daha reddedici tavır içinde olmalarıdır (Özyavru, 2008:3). Araştırma bulgularından çıkan genel sonuç, anne babadan red algılayan abi ve ablaların, küçük kardeşlerine karşı reddedici bir tutum içerisinde oldukları görülmüştür. Genel tablonun aile içerisindeki psikolojik uyum düzeyini yüksek düzeyde yordadığını göstermektedir. Ebeveyn reddi yaşayan çocukların, yetişkin olduklarında, duygusal ve sosyal anlamda çeşitli sorunlarla karşılaştıkları ortaya konmaktadır (Rohner & Khaleque 2001' den akt. Özyavru 2008:65). Ekar kuramı çerçevesinde, çocukken ebeveynlerinden ret algılamamış, aksine kabul algıları yüksek bireylerin, yetişkinlikte romantik ilişki yaşadıkları kişilerden ret algısı hissettiklerinde, psikolojik uyumlarının düştüğü ve eş reddinin de ebeveyn reddi kadar incitici ve psikolojik uyumsuzluklara sebep olacağı araştırmalarla ortaya konmaktadır (Rohner, 2001' den akt. Özyavru,2008 :66).

Anne -baba kabul reddi, alkol ve madde kullanımı, intihar eğilimi, depresif belirtiler, depresyon, duygu durum bozuklukları, gibi sorunlarla anlamlı düzeyde ilişkili bulunmuştur (Britner, Rohner,2002' den akt. Karpat,2010:40). Dünya'nın çeşitli ülkelerinde, hem de Amerika'da yapılan çalışmalar göstermiştir ki, ebeveyn kabul

reddi yaşıyan bireylerde, çok çeşitli davranış bozuklukları, görüldüğü ortaya konmaktadır (Saxena,1992; Hague ve Rafail,1999; Li,Chen, Rubin,1997' den akt.Karpat,2010:41). Evrensel çerçevede yapılan araştırmalarda da yetişkin bireylerle yapılan görüşmeler sonucu, dünyaya negatif algılar duygusal açıdan yaşadıkları tutarlı olmayan davranışlar, anne baba tarafından algılanan ret ve düşmanlık boyutu ile ilgili olduğu belirtilmiştir. Ebeveyn reddi yaşamış tüm kişilerin, kendilerini, mutsuz, duygusal bakımdan refleksiz, hissiz, dünyaya dair negatif algıları olan, kişiler olarak tanımladıkları görülmektedir (Rohner,1986'dan akt. Karpat ,2010:41).

Armağan tarafından 2019 yılında üniversite öğrencilerine yönelik ebeveyn kabul ret cinsel yönelim farklılıkları ve kimlik kazanımı arasındaki ilişkinin incelendiği çalışma bulgularına göre, heteroseksüel bireylerin, daha olumlu bir kimlik algısına sahip olduğu, eş cinsel bireylerin anne baba kabul reddini, çocukken daha yoğun hissettikleri, ebeveynlerin çocuklarına karşı tutum ve davranışlarının, bireyin cinsel yönelimlilik hususunda etkili olduğu belirtilmiştir. Ergenlik döneminde başlayan, beliren yetişkinlik döneminde ortaya çıkan, kimlik duygusu kazanımını, ebeveyn kabul ret algısının anlamlı derecede yordadığı görülmektedir Armağan (2019:75). Rohner (1981:65) EKAR kuramının değişik kültürlerdeki etkisinin ölçüldüğü 186 farklı toplumdaki oluşan örneklemelerden çıkan sonuç, anne -babadan algılanan ebeveyn sıcaklığı, yakınlığı azaldıkça, ebeveynin düşmanlık ve ihmal durumunun arttığı, ihmal arttıkça da düşmanlık boyutunun arttığı görülmektedir (Akt.Armağan,2019:65).

Dünyanın birçok yerinde yapılan ebeveyn kabul reddi ile ilgili yapılan çalışmalarda, psikolojik uyum ve ebeveyn kabul reddi arasındaki ilişkide, 42 ile 74' lük korelasyon katsayısının olduğu ifade edilmiştir (Rohner, Britner,2002' den akt. Özyavru,2008:65). Ebeveyn reddinin artması, erken dönem şema alanlarının arka planında daha çok katılarak ön plana çıkmasına, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, kopukluk/reddedilme, diğerlerine yönelimlilik alanlarını daha da güçlendirdiği ortaya koymaktadır (Babuşcu, 2014:91). Çocuklukta yaşanan, anne ret algısının, kişinin bugünkü psikolojik uyumu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ve anneden hissedilen reddin etkisinin, babadan hissedilen ret algısından daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Gültekin, 2011:67).

Bowly, kişilerin ilişkilerini bağlanma stilleri perspektifinden ifade ettiği (ilk bağlanma figürünün anne olması) durumundan yola çıkarak, bu bağlanma stilinin ne kadar sağlıklı olduğunu, kişinin bugünkü psikolojik adaptasyonunun yordamasından yola çıkarak ifade etmektedir (Shaver, Hazan,1987; Hortaçsu,1991' den akt., Gültekin,2011:67). Kadın ve erkeklerin, çocukluklarında algıladıkları kabul ret algısı, psikolojik adaptasyon düzeylerini yordamakta farklılaşmıştır. Kadınların psikolojik uyumlarını yordamazken, erkeklerin psikolojik uyumlarını yordadığı bulgusuna ulaşılmaktadır. Gültekin (2011:75) kişileri, erken çocukluk döneminde algıladıkları kabul reddin, günümüz yaşantısındaki uyum kabiliyeti, zorluklar karşısında dayanma gücü, strese karşı tolere düzeyi ve yakın ilişkilerinde, özellikle evlilik ilişkisi içerisindeki yaşam biçimi içinde etkilemektedir.

2.5.3. Eş Kabul Reddi ile İlgili Araştırmalar

Rohner, Ebeveyn Reddi kadar, kişide psikolojik hasara yol açan diğer bir durumu kişinin romantik yakın ilişkisinde, ya da evlilik birlikteliği içinde, eşinden algıladığı ret olarak tanımlamaktadır. Bu durumu yaşayan kişilerde, EKAR kuramının kişilik alt boyutlarından yedi kişilik boyutunda ciddi anlamda hasara yol açtığını ifade edilmektedir (Rohner,2001' den akt. Karpaz, 2010:41). Varan (2004), ebeveyn kabul reddi ile ilgili Türkiye'de yapılan çalışmaların, Yurt dışında yapılan araştırmalarla uyumlu olduğunu belirtmektedir. Evlilik uyumu ve memnuniyeti açısından incelendiği çalışmalarda, ilişkisinden ve evliliğinden memnun olan kişilerin, erken çocukluk döneminde, anne ve babadan kabul algıladıkları belirtilmektedir.

Eş kabul reddi, ebeveyn kabul reddi ve psikolojik uyumları ile ilgili yapılan çalışmalarda, kadın ve erkeklerin, anne babadan algılanan kabul-reddin, eş kabulü ve psikolojik uyumla anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ve yordadığı sonucuna ulaşılmaktadır (Eryüksel, Varan, Rohner,2008' den akt. Karpaz,2010:43). Anne reddi yaşayan erkek çocuklarının ise, yetişkin olduğunda da kendi cinselliklerini reddettiklerine dair önemli bulgular tespit edilmektedir (Budayıcıoğlu, 2007:184).

Rohner ve Parmar (2005) tarafından Hindistan'da yapılan bir araştırmada, yetişkinler incelenmiş, kişilerin bugün yaşadıkları psikolojik adaptasyonları, hem çocukluk döneminde, yaşadıkları anne baba kabul reddi ile, hem de evliliklerinde eşlerinden algıladıkları kabul-ret ile bağlantılı olduğu tespit edilmektedir.

Türkiye’de yapılan çalışmalardan farklı olarak, çalışmaya katılan kişilerin annelerine nazaran, babalarından aldıkları kabul, eşlerinden algıladıkları kabul ile büyük oranda ilişkili çıkmıştır. Aynı zamanda, bu kişilerin, eş kabulünün ve baba kabulünün, psikolojik uyumlarını yordadığı görülmektedir (Akt.Karpat,2010:43).

Yapılan çalışmaların birçoğunda, kişilerin, ebeveynlerinden algıladıkları kabul- ret ile, eş kabul-reddinin yakın ilişkide olduğu ve anlamlı düzeyde yordadığını, eş kabul reddinin, Ebeveyn Kabul Reddinin devamı olduğu ifade edilmektedir. Şemaların da çocuklukta varlığı olduğu, yetişkinlikte de devam ettiği için, katı zihinsel yapıları etkilediği bulgusuna ulaşılmaktadır (Babuşcu, 2014:86).

Anne babalarına dair, ret algısı olan çocuklar, yaşadıkları dünya hakkında çarpıtılmış bilişsel yanılgılar içerisinde olmaktadır. Bu bilişsel yapılar, gelecekte kişinin psikolojik adaptasyonu ve evlilik uyumu içerisinde, çiftlerin birbirlerinden algıladıkları kabul- reddi de etkilemektedir (Rohner,2004' den akt., Babuşcu,2014:85). Bu zihinsel temsil biçimlerini, daha iyi anlamak ve anlamlandırmak için, erken dönem uyumsuz şemaların detaylı incelenmesi gerekmektedir. (Babuşcu,2014:85).

EKAR Kuramı, 1999 yılından itibaren değerler dizisi, değişim ve dönüşümle, erken çocukluk döneminde sadece anne baba reddi değil, hayatın diğer dönemlerindeki, bağlanma motiflerinden, partnerlerin, romantik ilişkileri ve evlilik birlikteliğinde, eşlerinden algıladıkları, kabul reddin, insanın üzerindeki çeşitli etkileri araştırılmaktadır (Rohner,2008' den akt. Babuşcu,2014:85). Buna mukabil, Rohner (2001) tarafından, kişinin eşi tarafından reddedildiğine ya da kabul edildiğine dair sübjektif algısının olduğu "eş kabul-reddi" kavramını tanımlamaktadır (Rohner,2008).

Babuşcu (2014 :85-91) erken dönem uyumsuz şemalar, çocuklukta algılanan anne-baba reddinin, eş kabul reddine uzanan süreçte, ussal temsiller, için açıklayıcı bir rol üstlendiği araştırmalarla ortaya konmaktadır. Çocukluk yaşantısında, anne baba kabul reddi arttıkça, yetişkinlikte devam eden örüntüsel yaşamda eş kabul reddi de artmaktadır. Ebeveyn reddi arttıkça, erken dönem uyumsuz şema puanları da yükselmektedir. Eşten algılanan red ile, şema alanları arasında, anlamlı derecede ilişki bulunmaktadır. İnsanların, yüksek standartlar, zedelenmiş otonomi, reddedilme/kopukluk şema alanları arttıkça, kuvvetlendikçe, eş reddi de artmaktadır.

Erken dönem uyumsuz şemalar, çocuklukta algılanan anne-baba reddinin, eş kabul reddine uzanan süreçte, ussal temsiller için açıklayıcı bir rol üstlendiği araştırmalarla ortaya konmaktadır. Çocukluk yaşantısında anne baba kabul reddi arttıkça, yetişkinlikte devam eden örüntüsel yaşamda eş kabul reddi de artmaktadır. Ebeveyn reddi arttıkça, erken dönem uyumsuz şema puanları da yükselmektedir. Eşten algılanan ret ile, şema alanları arasında, anlamlı derecede ilişki bulunmaktadır. İnsanların, yüksek standartlar, zedelenmiş otonomi, reddedilme/kopukluk şema alanları arttıkça, kuvvetlendikçe, eş reddi de artmaktadır. Eş reddi ve anne reddi arasındaki anlamlı bir ilişki çıkmaktadır. Anneye dair ret algısı, erken dönem uyumsuz şemalardan, reddedilme/kopukluk, alanını güçlendirdiği ve eş reddini arttırdığı ortaya konmuştur. Aynı şekilde, reddedilme/kopukluk şema alanının güçlenmesi baba reddi ve eş reddini anlamlı düzeyde yordadığı çalışmalarla ortaya konmaktadır.

Çalışma bulgularına göre, ebeveynlerden algılanan ret ile, eşten algılanan ret arasında tutarlı bir ilişki bulunmuştur. Ortaya çıkan bulgular, yurt içi ve yurt dışında yapılan çalışmalarla da benzerlik gösterdiği ortaya konmaktadır (Varan,2005; Eryavuz,2006; Chyung& Lee, 2008; Parmar&Rohner,2008; Karpat,2010).

Babuşcu (2014:92-93) eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında manalı şekilde bir ilişki bulunduğu ortaya konmaktadır. Erken dönem uyumsuz şema alanlarından, yüksek standartlar, reddedilme/ kopukluk, zedelenmiş otonomi alanı yoğun ve baskın olan bireylerin, eşlerinden algıladıkları ret düzeyi de yüksektir. Eş kabul reddi, ebeveyn kabul reddi ve aracı rol oynayan erken dönem uyumsuz şemalardan, anne ve baba açısından tutarlı olarak, kopukluk/ reddedilme alanının baskın olarak anlamlı bir ilişki içinde olduğu ortaya konmaktadır. Ebeveynlerin, çocuklarına karşı, soğuk, ilgisiz ve reddedici tavırları, çocukluk yaşantısında, kişinin insanlara asla güvenilmeyeceği, dünyanın tehlikeli ve yaşanması zor olan bir yer olduğu, düşüncesine yol açmaktadır. Bu çocuklar, yetişkin olduklarında, çocukluklarında anne-babalarından algıladıkları reddi, evlilikleri içerisinde, eşlerine karşı da ret algıladıkları ya da reddedici bir tavırda bulduklarına dair atıflarda bulunmalarına yol açmaktadır.

Çalışma bulguları göstermiştir ki, anne ile çocukluk döneminde yaşanan ilişkinin niteliği, kişinin yetişkinlikteki romantik yakın ilişkisi, evlilik uyumu ve genel psikolojik sağlamlığını ve uyumunu yordamaktadır. Çocukluk yaşantısında

algılanan anne baba reddinin psikolojik uyum ile, çiftlerin evlilik ilişkisi içerisindeki algıladıkları kabul ret ile yüksek oranda ilintili olduğu ifade edilmektedir. Çocuklukta babadan algılanan reddin, anneden algılanan redde göre, kişilerin yakın ilişkilerinde ve evliliklerinde, daha etkili olduğu ortaya konmaktadır. Kadınlarda eş kabulünün, çocukluklarında annelerinden aldıkları kabul ve reddin, psikolojik uyumlarına aracılık etmediği görülmektedir. Erkeklerde ise durum farklılaşmış, çocukluk yaşantısında anneden algılanan reddin, psikolojik uyumlarına ve evliliklerinde eş reddine aracılık ettiği görülmektedir (Gültekin, 2011:67-74).

Şemaların, eş seçimine ne kadar etki ettiğine dair ortaya atılan "şema kimyası" kavramı, kişiler, var olan şemalarını, tetikleyecek benzer şema alanındaki kişileri seçmelerinin sebebi, zaten var olan katı şemaların arka planda daha da güçlendirilmesini sağlamaktır. Bu durumun diğer sebebi ise, çocukluklarında başlayan, yetişkinlikte devam eden örüntüsel erken dönem uyumsuz şemaların, oluşturduğu bilişsel yanlıgılar hasebiyle, sevgi, yakınlık ihtiyaçlarının hiçbir zaman karşılanmayacağı düşüncesi, kişilerin eşlerine karşı ön-yargılı bir şekilde davranarak, eşlerini de reddedici bir davranış içerisinde oldukları yanlıgısı içinde olmaktadır (Young ve ark.2003). (Hendricks,2001) 'in yaptığı bir araştırmaya göre, ebeveynleri tarafından sürekli eleştiri alarak büyüyen bireylerin, yetişkin olduklarında çevrelerine karşı ve özellikle eşlerine karşı aşırı derecede eleştirel bir yapı sergilediklerini ortaya konmaktadır Akt.Özkan,2015:129).

2.5.4. Şemalar ve Erken Dönem Uyumuz Şemalar Üzerine Yapılan Araştırmalar

Çıkıt (2017 :9) erken dönem uyumuz şemalar ve bağlanma stilleri arasında anlamlı farklılığı belirtmiştir. Yüksek standartlar, diğerlerine yönelimlilik, kopukluk, zedelenmiş otonomi, alanlarının bağlanma stillerini yordadığını göstermiştir. Aldatma eğilimi, şemalar ve bağlanma arasındaki ilişkide, kaçınan bağlanma stilinin, aldatma eğilimini yordadığı belirtilmektedir. Çıkıt (2017: 48) bağlanma, şemalar ve aldatma eğilimi cinsiyete göre farklılık göstermezken; işlevsel olmayan ebeveynlik biçimleri çerçevesinde, şema alt boyutlarında kötümserlik, endişe, kaygı kadınlarda daha yüksek düzeyde çıkmıştır. Şemalar alt boyutundan, duygusal yoksunluk puanı ve kopukluk, zedelenmiş otonomi puanı yüksek olan bireylerin, aldatma eğilimlerinin yüksek olduğu belirtilmektedir.

Yıldız, (2018) şemalar ve evlilik doyumunu arasında anlamlı düzeyde ve pozitif yönde bir ilişki bulunmuş ve bu sonuca göre, duygusal yoksunluk şeması yüksek olan bireylerin, depresyon düzeyleri yüksek ve evlilik doyumları düşük çıkmaktadır. Ayrıca yüksek standartlar şema puanı yüksek olan katılımcıların, kaygı seviyeleri de oldukça yüksek çıkmaktadır. Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şema puanlarından alınan puanlar arttıkça, bireylerin kaygı seviyeleri, depresyona girme durumları artmakta, evlilik doyumları düşmektedir. (Yaka 2011) çalışma bulgularına göre, psikiyatrik rahatsızlığa yatkın olan bireylerin, diğer insanlara göre, şema alanlarından aldıkları puanlar yüksek, sosyal izolasyon, olumsuz kendilik algısı, kötümserlik durumları baskın, bağlanma stillerinden kaygılı kaçınan bağlanma stiline sahip oldukları tespit edilmiştir. Makas, Çelik (2018) erken dönem uyumsuz şemalar ve görünüş kaygısı arasındaki ilişkide, şema yapılarından, cezalandırıcı, onay arama, özdenetim, bağımlılık, iç içe geçmişlik, başarısızlık, duygusal yoksunluk, alanları yüksek olan bireylerin, sosyal görünüş kaygısının da yüksek olduğu görülmektedir Şahin (2015 :4). Erken dönem uyumsuz şemalardan, kusurluluk şeması, terkedilme, fedakârlık şeması, fedakârlık, onay arayıcılık şeması yüksek olan bireylerde, ilişki istikrarı durumunun düşük olduğu görülmektedir.

Şahin (2015 :5) erken dönem şemalardan, özdenetim şeması, zedelenmiş sınırlar, ayrıcalıklık yüksekse, intihar girişimi eğilimi yüksek çıkmıştır. Erken dönem şema puanlarının yükselmesi, depresif olma durumunu artırdığı, otomatik düşünceler sürekli tekrarlandığında, uyumsuz şemalardan aldıkları puanlar da yükselmektedir. Çolakoğlu (2012:5) erken dönem uyumsuz şemalardan, babaya dair, aşırı kuralcılık/kalıpçı tarzının olması; anneden algılanan şartlı başarı, aşırı izin verici serbest tutumdaki ebeveynlik stiline sahip olan kişilerde, kaçınmacı, çiftlerde manipülatif bir ilişki stili geliştiği tespit edilmektedir. EKAR ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki incelendiğinde, erken dönem şemalardan (kopukluk/ reddedilme, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, diğerlerine yönelimlilik, yüksek standartlar) puanlarının arttığı görülmüştür. Özbaş, Sayın, Coşar (2012: 81) erken dönem uyumsuz şemalar ve üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin, şemalardan aldıkları puanlar arttıkça anksiyete seviyesinin de arttığı görülmektedir. Özbaş, Sayın, Coşar (2012:88) öğrencilerin, özgüvenini etkileyen, çevresindeki kişilerin, düşüncelerine aşırı derecede önem vermesi, özgüven problemi yaşamasına, sınavlardan önce de anksiyete seviyesinin arttığı

görülmektedir. Bu bilişsel yanılgılara sebep olan uyumsuz şemalar: felaketleştirme/kötümserlik, (bu sınavı kazanmazsam, hayatta hiçbir alanda başarılı olmam), ya hep ya hiç bu sınavda başarılı olmaz isem hayatım kayar), zihin okuma (sınavda başarılı olamazsam herkes benim aptal olduğumu düşünür), gibi bilişsel yanılgı içerisine düşerek, kaygı seviyelerini artırırlar.

Varan (2012:81) sınav öncesi anksiyete ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki bulgularına göre, erken dönem uyumsuz şemaların üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin anksiyete düzeyleri üzerinde olumsuz etkisinin olduğu belirtilmektedir. Soygüt ve Çakır (2009) ebeveynlik biçimleri, psikolojik belirtiler ve kişiler arası şemaların incelendiği çalışma bulgularında, şemaların aracı rolünün, baba formu açısından değişime kapalı, duyguları baskılayan, cezalandırıcı, kuralcı, kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve psikolojik belirtileri açısından, düşmanlık boyutunun aracı rol üstlendiği görülmektedir. Anne formları açısından, endişeli, kötümser, kusur bulucu, küçümseyici, kuralcı ve psikolojik belirtiler açısından, düşmanlık boyutunun aracı rol üstlendiği tespit edilmektedir. Ebeveynlik biçimlerinin, şemaları anlamlı düzeyde yordama gücünün olduğu görülmüştür. Erken dönem uyumsuz şemalar, tutumlar ve hatalı otomatik düşüncelerin depresif duygu durum intihar düşüncelerine etkisinin incelendiği araştırmada, İşlevsel olmayan bilişsel yanılgılı düşüncelerin, erken dönem uyumsuz şemaları aktive ettiği, bu duyguların depresif duygu durum bozukluğuna yol açtığı ve kişiyi intihar eğilimine sürüklediği tespit edilmektedir (Coşar, Sayın, Özbaş 2012:81). Sınav öncesi anksiyete ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki bulgularına göre, erken dönem uyumsuz şemalar, üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerin anksiyete düzeylerini olumsuz etkilediği belirtilmektedir. Soygüt, Çakır (2009:144) ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler ve kişiler arası şemaların incelendiği çalışma bulgularında, şemaların aracı rolünün, baba formu açısından değişime kapalı, duyguları baskılayan, cezalandırıcı, kuralcı, kusur bulucu, duygusal bakımdan yoksun bırakıcı ve psikolojik belirtileri açısından, düşmanlık boyutunun aracı rol üstlendiği görülmektedir. Anne formları açısından, endişeli, kötümser, kusur bulucu, küçümseyici, kuralcı ve psikolojik belirtiler açısından, düşmanlık boyutunun aracı rol üstlendiği görülmektedir. Ebeveynlik biçimlerinin şemaları anlamlı düzeyde yordama gücünün olduğu sonucuna ulaşılmaktadır. Yurt dışında yapılan çalışmalarda ülkemizdeki çalışmalarla örtüştüğü ifade edilmektedir.

Kevlekçi (2013: 4-5) erken dönem uyumsuz şemalar, tutumlar, hatalı otomatik düşüncelerin depresif duygu durum, intihar düşüncelerine etkisinin incelendiği araştırmada, İşlevsel olmayan bilişsel yanılığlı düşüncelerin, erken dönem uyumsuz şemaları aktive ettiği, bu duyguların depresif duygu durum bozukluğuna yol açtığını belirtmektedir. İntihar girişimi eğilimi bulunan bireylerin şemalardan aldıkları puanları en belirgin ve yüksek olanlar, yetersiz özdenetim, ayrıcalıklık, zedelenmiş sınırlar olduğu görülmektedir. Depresyon ölçeğinden yüksek puan alan bireylerde, erken dönem uyumsuz şema alanları baskın ve anlamlı olduğu görülmektedir.

Aydın, (1996:41) benlik ve şemalar ile ilgili yaptığı çalışmasında, kişinin sahip olduğu şemaların etkililik derecesine göre kişinin benlik algısının anlamlı derecede yordandığı belirtilmektedir. Şencan (2015:6) şemaların, psikolojik iyi olma hali ve duygu düzenlemelerinin aracı rolüne ilişkin ilişkisinin incelendiği çalışmada, kaçınan ve kaygılı bağlanma sitiline sahip erkeklerin, duygusal şema puanları ciddi anlamda farklılık gösterirken, kaygılı bağlanma sitiline sahip kadınların, psikolojik belirti düzeyleri ve duygusal zorlanmaya karşı gösterdikleri tolerans zafiyeti, şemalar tarafından yordandığı ve erken dönem uyumsuz şemaların aracı rol üstlendiği görülmektedir. Kaçınan bağlanma sitiline sahip erkeklerin duygusal şema formları, psikolojik belirtiler ortaya çıkarmasına meyilli olduğu tespit edilmiştir. Çelik, Makas (2018:926) erken dönem uyumsuz şemalar ve sosyal görünüş arasındaki ilişkinin incelendiği çalışmalarda, erken dönem uyumsuz şemalardan cezalandırma, onay arama, bağımlılık, iç içe geçmişlik, başarısızlık ve duygusal yoksunluk şemasına sahip olan bireylerin, sosyal görünüş kaygısı anlamlı derecede yüksek çıktığı ifade edilmektedir.

2.5.5. Evlilik Uyumu Ebeveyn Kabul Reddi Eş Kabul Reddi ve Şemalar ile İlgili Yapılan Araştırmalar

Şema, insanların daha önceden yaşadıkları ilişki tecrübelerinin izleri olarak adlandırılmaktadır. Şemalar, kişilikleri şekillendirmekte, daha sonra kişiler bu doğrultuda “şematik” davranmaktadırlar. İnsanlar, zamanla katılaştan bu şemaların tuzağına düşerler. Kişiler, eş seçiminde, gayri ihtiyari olarak, daha önce yaşanmış ilişkiler ve deneyimler kapsamında kişilere yakınlık duymaktadırlar. İnsan, ” bildiğini sever ve yakınlık hisseder” düşüncesinden yola çıkarak, geçmişinde var

olan şemalara benzer ve onları tetikleyen, etkinleştiren kişileri eş olarak seçmektedirler (Roediger, Behary, Zarbock,2016:7). Kişiler, geçmiş yaşantılarına dair kurdukları ve şekillendirdikleri deneyimler üzerine “içsel çalışma modelleri” oluşturmaktadırlar. İçsel modeller, ilişkinin nasıl işleyeceğinde karar mekanizması oluşturmaktadır (Roediger, Behary, Zarbock,2016:21). İnsanlar, evelenecekleri zaman, eş seçiminde, partnerinin duygusal açıdan, kendi ebeveynlerine benzeyen kişileri seçmeleri tesadüfi olmamaktadır. Erkeklerin, güçlü bir kadın prototipine ilgi duymaları ve bu kadına üstünlük kurmaya çalışması, kadınların ise, alkolik ve eşlerine şiddet uygulayan erkeklere yönelmeleri bu durumu örneklemektedir (Roediger, Behary, Zarbock,2016:22). İlericiler (2015:3) evlilik uyumu, erken dönem uyumsuz şemalar ve psikolojik travma ile ilişkisinin incelenmesinde, eğitim seviyeleri farkı ve cinsiyet faktörünün evlilik uyumunu yordadığı belirtilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalardan, kopukluk alanından alınan puan arttıkça, travma yaşama durumunun arttığı, çiftlerin evlilik uyumlarının azaldığı görülmektedir. Güner (2014) tarafından yapılan araştırmada, erken dönem uyumsuz şemalar, bilişsel çarpıtmalar ve ilişkiye dair tutumlarının incelendiği ilişkide, kadın katılımcıların erken dönem uyumsuz şema puanlarından; zedelenmiş otonomi, duygusal yoksunluk, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar düzeyinin yüksek olması; evli çiftlerde uyumu azaltırken, erkek katılımcıların zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi, kopukluk puanının yüksek olması evlilik uyumunu azalttığı görülmektedir. Evlilik uyumu ile ilgili yapılan çalışmaların büyük çoğunluğu demografik ilişkiler açısından incelenmiştir (İlericiler, 2015 :8). Şendil, Korkut (2008) Evlilik uyumu ve çiftler arasındaki çatışma, demografik açıdan incelendiğinde, gelir seviyesi ve eğitim düzeyi düştükçe, evlilik uyumunun azaldığı, çiftlerin evlenme şeklinin, evlilik uyumunu yordadığı, görücü usulüne göre, severek evlenen kişilerin evlilik uyumlarının daha yüksek olduğu belirtilmiştir.

Şema terapi, modlar ve şemalar benzer şekilde, çiftlerin geçmiş yaşantılarını anlamlandıran, onların kendilerini daha rahat bir şekilde ifade etmelerini sağlayan, onları süreç hakkında bilgilendiren, yaklaşım biçimidir. Bu kavramlarla, çiftler ve terapist kişinin iç aleminde, neler olup bittiğine dair iletişim kurmaktadır ve değişen duygu, inanç, düşünce, fizyolojik duyumsamalar, tecrübelerle ilişkin daha anlaşılır açıklamalar sağlamaktadır. Çiftlere uygulanan karşılıklı bu süreçte, kişilerin huy haline getirdikleri, negatif edimsel örüntülerin engellenmesinin sağlandığı etkili

terapi yöntemlerindedir (DiFrancesco, Roediger, Stevens,2017:17). Çiftler için şema terapi eşlerin incinebilirlik (şemalar), ve içsel durum(modlar), iletişime geçmesi ve kendi kişiler arası etkileşimlerin tahlil edilmesi için, bir dil sağlamaktadır. Şema terapi esnasında, çiftlerin aslında söylemek istedikleri duygular, düşünceler çok rahat ifade edilmektedir. Özellikler, çok öfkeli, içinde çok şey biriktirmiş, patlamaya hazır çiftler için, terapötik dikkat, ses tonunun ayarlanması, güvenli bir yer oluşturma, terapötik dikkat, kendini açma öğelerine çok dikkat edilmesi gerekmektedir (DiFrancesco, Roediger, Stevens,2017:107).

Şemalar, erken çocukluk döneminde, çocuğun ihtiyaç duyduğu mühim olan şeylerin karşılanmaması, ebeveyn desteğinin alınmaması, aile içi çatışmalı durumlar, çocuğun anne- baba reddi yaşaması ile, öğretmeni ve arkadaşları tarafından da olumsuz davranışlara maruz kalması gibi yaşantısal durumlara karşı adapte olmayı da sağlamaktadır (Genderen, Arntz,2009:115). Young (2003) erken önem uyumsuz şemaları, geniş bir şekilde, ifade ederken, “şemalar kümesine” değinerek, şemaları, yaşamın erken döneminde başlayan ve insanın yaşamı boyunca devam eden, bilişsel ve kendilik yıkıcı örüntüler olarak tanımlamaktadır. Şema terapi, kişinin yetişkin olduğundaki kişiler arası ilişkileri, çocukluk döneminde değiştirilmeyen ve katılaştıran şemaların sonucu olduğunu ifade edilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemaların, çoğunlukla değişmeden kaldığını ve kişilerle etkileşimlerde, yaşanan bir olayda, kolayca tetiklenerek, küçük bir çocukken verilen tepkilerin verilmesi ve benzer duygu durumlarının yaşandığı görülmektedir. Bu durum, bir kişinin, zaman makinasına girmesine ve geçmişte yaşadığı şeyleri yeniden yaşaması gibi bir durum olmaktadır. Yetişkin tekrar çocuk olmakta ve “çocuk modunu” yaşamaktadır (DiFrancesco, Roediger, Stevens,2017:7).

Evlilik uyumu bağlanma örüntüleri ve şemalar arasındaki ilişkide, güvensiz bağlanma stiline sahip bireylerin, erken dönem uyumsuz şemaların, düşmanlık boyutu puanı yüksek, evlilik uyumlarının düşük olduğu görülmektedir. Bağlanma stilleri ve evlilik uyumu üzerine çok fazla araştırma yapılmıştır (Maclean 2001; Collins v& Feeney 2004; Erdoğan- Taycan ve Çepik- Kuruoğlu 2013; Gündoğan 2015’ den akt. Uluç, Hekimoğlu 2019), Bodenman ve&Randall (2012) Evlilik uyumu ve çiftlerin arasındaki ilişki dinamiklerine dair araştırmalar mevcuttur (Akt.. Uluç, Hekimoğlu 2019:189). Aslan, Dumlupınar ve Sağlam (2016), bağlanma ve

evlilik uyumu, Elmas (2017), savunma mekanizmaları ve evlilik uyumu, Yalçın (2014), sosyodemografik değişkenler ve evlilik uyumu ilişkisini incelemiştir.

Pektaş (2014) Evlilik uyumu ve otomatik düşünceler arasındaki incelemesinde, Evlilik uyumu ve otomatik düşünceler, demografik değişiklikler açısından incelendiğinde, eğitim durumu, yaş, gelir seviyesi, çocuk sahibi olup olmama durumları anlamlı düzeyde yordandırken; otomatik düşünceler, çiftlerin kişiliklerinin uyuşmaması, şaşkınlık ve kaçınma fantezileri ile, şemalar arasında pozitif yönde bir ilişki bulunmuştur. Şemaların varlığı, olumsuz düşünceleri artırmakta ve evlilik uyumu azalmaktadır. Özkan (2015:82). Yurt içi ve yurt dışında yapılan araştırmalar göstermiştir ki, bir kuşakta yaşanan evlilikteki uyumsuzluğun, ondan sonra gelen kuşaklara geçme oranı çok yüksek olmakla birlikte, bu durumun diğer gelen kuşakların evlilikteki başarılı olma şansını azalttığını göstermektedir.

Ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi psikolojik uyum açısından incelendiğinde, eş alkol bağımlısı olan kadınların, eş alkol bağımlısı olmayan kadınlara nazaran, annelerinden algıladıkları ret algısı yüksek çıkmıştır (Babuşcu, 2014:42). Eş alkol bağımlısı olan kadınların, evlilik uyumları düşük ve olumsuz benlik algıları da yüksek çıkmıştır (Örün, 2010:106). Alkol bağımlısı olan ve olmayan kişilerin çocukları, anne-baba kabul-reddi, psikolojik uyum ve çocukluk dönemi kararları açısından incelendiğinde, bu çalışma sonuçları göstermiştir ki, alkol bağımlısı ebeveyne ve babaya sahip çocukların, psikolojik uyumları ve red algıları arasında pozitif yönde bir ilişki tespit edilmiştir. Örün (2010:107) araştırma sonuçları göstermiştir ki, anne baba kabul reddi algılayan erkek çocuklar, diğer arkadaşlarına göre daha çok ret algısı içerisinde oldukları görülmektedir. Babası alkol bağımlısı olan erkek çocukların psikolojik uyumlarının düşük çıktığı sonucuna ulaşılmaktadır.

Bilen (2013:93) bulgular göstermiştir ki, çocuklukta algılanan kabul- ret, kişinin yetişkinlik dönemindeki romantik yakın ilişkilerini, sosyal ilişkilerini, psikolojik uyumlarını önemli ölçüde etkilemektedir. Bilen (2013:94) anne-baba kabul-reddinin psikolojik uyum üzerindeki etkisinin kimlik duygusu açısından incelenmesinde, kimlik problemi yaşayan üniversite öğrencilerinin, ebeveynleri ile olan ilişkileri olumsuz, ebeveynlerinden yüksek düzeyde ret algısı yaşadıkları, ihmal, saldırganlık ve ayrışmamış ret algısına da sahip oldukları belirtilmektedir.

Gültekin (2011:10-11) çocuklularında anne babası tarafından reddedilen bireylerin, yetişkinlikteki romantik ilişkilerinde de reddedileceği araştırma bulguları ile ortaya konmaktadır. Aysan (2011) çocuklukta algılanan reddin, psikolojik uyumla anlamlı düzeyde yordandığını, bu ilişki cinsiyetler açısından incelendiğinde, erkeklerin anne baba reddinin, psikolojik uyumlarını, kadınlardan daha çok etkilediği ortaya konmaktadır. Çocukluk yaşantılarında, ebeveynlerinden ret algılamış birçok kişi, yetişkinlik sürecinde, ret algılarının negatif yansımalarından kurtulmak için, bu durumunun etki ettiği duygusal yükten kurtulmak için, pozitif kontroller yaşamaktadırlar. Psikolojik adaptasyonları yüksek, mutlu, iş, romantik yakın ilişki ve evlilik ilişkisi içerisinde sağlıklı ve doyum düzeyi yüksek evlilikler yaşamaktadırlar (Akt. Karpat, 2010:40). Rohner tarafından yapılan çalışmaların tümünde, anne baba kabul reddinin, erken çocukluk döneminde başlayan ve yetişkinlik sürecinde devam eden, kişilerin hem psikolojik sağlıklarını, kişilik yapılanmalarını ve benlik algılarını etkilediği görülmektedir (Rohner,1994' den akt. Karpat,2010:40).

Çocuklukta yaşanan, anne- ret algısının, kişinin bugünkü psikolojik uyumu ile anlamlı düzeyde ilişkili olduğu ve anneden hissedilen reddin etkisinin, babadan hissedilen ret algısından daha yüksek olduğu belirtilmektedir (Shaver, Hazan,1987; Hortaçsu,1991' den akt., Gültekin,2011:67). Ebeveyn reddinin artması, erken dönem şema alanlarının arka planda daha çok katılarak ön plana çıkmasına, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, kopukluk/reddedilme, diğerlerine yönelimlilik alanlarını daha da güçlendirdiği ortaya koymaktadır (Babuşcu, 2014:91).

Araştırma bulgularına göre ebeveyn kabul reddi ile eş kabul reddi arasında pozitif yönlü bir ilişki olduğu görülmektedir. Anne -baba reddi algılayan bütün bireylerin şema alanlarında çıkan ortak bulgu: kopukluk) / reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi (zedelenmiş sınırlar (başkalarına yönelimlilik ve yüksek standartlar (pozitif yönde bir ilişki olduğu görülmektedir. Ve eşi ile olan ilişkisinde ret algılayan kişinin, kopukluk /reddedilmişlik zedelenmiş otonomi ve yüksek standartlar şema alanları yüksek çıkmıştır. Ve sonuçta, erken dönem uyumsuz şemalar aracı olarak; kopukluk/reddedilmişlik şema alanları ile bireyin ebeveynlerinden algıladığı ret ile eşten algıladığı reddin, aracı) rol oynadığı görülmektedir. Araştırmalarda, anne ve babadan algılanan, kabul red algısı arttıkça, eş kabul ve reddi de pozitif olarak artmış

ve aralarında anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Anne ve babadan algılan kabul ret algısının artması, erken dönem uyumsuz şemalardan alınan puanları da artırdığını göstermektedir. Çiftlerin, özellikle kopukluk/ reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi ve yüksek standartlar şeması puanları yükseldikçe, eşlerinden algıladıkları ret düşünceleri de artmaktadır (Babuşcu, 2014:42).



ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

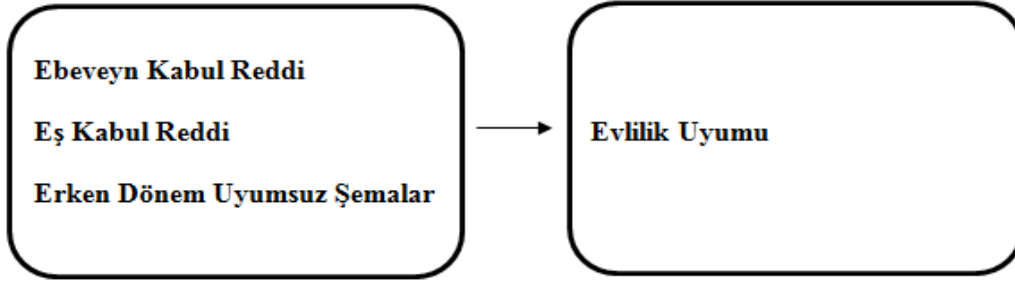
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde, araştırmanın modeli, veri toplama araçları, araştırmada kullanılan istatistiki yöntemler ve araştırmada yer alan bağımlı ve bağımsız değişkenlere yer verilmiştir.

3.1. Araştırmanın Modeli

Evli bireylerin ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemalarının evlilik uyumlarına olan etkisinin belirlenmeye çalışıldığı araştırma ilişkisel tarama modeli kullanılarak yapılmıştır. İki ya da daha fazla ilişki ve bağlantıyı araştıran çalışmalar genellikle ilişkisel araştırma diye ifade edilmektedir (Büyüköztürk, 2018, s. 25).

1. Evli bireylerin evlilik uyumları ile ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemaları arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
2. Evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları ile ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
3. Evli bireylerin ebeveyn kabul reddi-baba, ebeveyn kabul reddi-anne ile eş kabul reddi arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
4. Erken dönem uyumsuz şemaları, ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi evlilik uyumunu yordamakta mıdır?
5. Evlilik uyumu düzeyi cinsiyete, yaşa, çalışıp çalışmama durumuma göre farklılaşmakta mıdır?



Şekil 3.1.1: Araştırmanın Modeli

Araştırmada evlilik uyumu, evlilik uyumu içerisinde yer alan anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları bağımlı değişken; ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi, erken dönem uyumsuz şemaları ve bunlara ait alt boyutlar bağımsız değişkendir.

3.2. Evren ve Örneklem

Çalışma grubu, 2019-2020 yılında İstanbul, İzmir, Adana, Urfa illerinde ikamet eden evli kişilerden oluşmaktadır. Çalışmanın örneklemini ise, 276 (%75,2) kadın) 91 (%24) erkek, 367 evli katılımcı oluşturmaktadır. Katılımcılara, ölçeklerin uygulanması, online ulaşılarak gerçekleştirilmiştir. Örneklem uygun örnekleme yöntemi ile seçilmiştir. Uygun örnekleme yöntemi, Evrenden örneklem oluşturulmak üzere, zaman, işgücü açısından oluşan sınırlılıklar sebebiyle, örneklemin ulaşılabilir ve kolay öğelerden meydana gelmesidir (Büyüköztürk, 2012).

Örneklem grubun demografik özelliklere göre dağılımları tablolar halinde sunulmuştur. Elde edilen sonuçlar aşağıdaki gibidir;

Tablo 3.2.1: Evli Bireylerin Cinsiyet Dağılımları

Cinsiyet	Frekans	Yüzde
Kadın	276	75,2
Erkek	91	24,8
Toplam	367	100,0

Katılımcıların cinsiyetlerine bakıldığında %75,2'sinin kadın, %24,8'inin ise erkek olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.2: Evli Bireylerin Çalışma Durumu Dağılımları

Çalışma Durumu	Frekans	Yüzde
Evet	212	57,8
Hayır	155	42,2
Toplam	367	100,0

Katılımcıların çalışma durumuna yönelik elde edilen sonuçlarda %57,8'inin çalıştığı, %42,2'sinin ise çalışmadığı ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.3: Evli Bireylerin Yaş Dağılımları

Yaş	Frekans	Yüzde
21-30 yaş arası	58	15,8
31-40 yaş arası	179	48,8
41-50 yaş arası	96	26,2
50 yaş ve üzeri	34	9,3
Toplam	367	100,0

Katılımcıların yaş dağılımlarında büyük çoğunluğun 31-40 yaşında olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.4: Evli Bireylerin Eğitim Düzeyi Dağılımları

Eğitim Düzeyi	Frekans	Yüzde
İlkokul	24	6,5
Ortaokul	29	7,9
Lise	79	21,5
Ön lisans	33	9,0
Lisans	164	44,7
Lisansüstü	38	10,4
Toplam	367	100,0

Katılımcıların eğitim düzeyi dağılımlarına bakıldığında büyük çoğunluğun lisans mezunu olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.5: Evli Bireylerin Evlilik Süresi Dağılımları

Evlilik Süresi	Frekans	Yüzde
0-2 arası	24	6,5
3-5 yıl arası	43	11,7
6-10 yıl arası	81	22,1
11-15 yıl arası	97	26,4
16-20 yıl arası	54	14,7
20 yıl ve üzeri	68	18,5
Toplam	367	100,0

Katılımcıların evlilik sürelerine bakıldığında çoğunluğun evlilik süresinin 6-10 yıl ile 11-15 yıl arasında olduğu ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.6: Evli Bireylerin Evlenme Biçimleri Dağılımları

Evlenme Biçimi	Frekans	Yüzde
Tanışarak	252	68,7
Görücü usulü	115	31,3
Toplam	367	100,0

Katılımcıların evlenme biçimlerine yönelik dağılımlarda %68,7'sinin tanışarak evlendiği, %31,3'ünün ise görücü usulü ile evlendiği ortaya çıkmıştır.

Tablo 3.2.7: Evli Bireylerin Eşleriyle Yaş Farklarına Yönelik Dağılımları

Yaş Farkı	Frekans	Yüzde
Yaş farkı yok	56	15,3
1-3	145	39,5
4-6	96	26,2
7-10	59	16,1
10 ve üzeri	11	3,0
Toplam	367	100,0

Evli bireylerin eşleriyle yaş farklarına yönelik elde edilen sonuçlarda %15,3'ünün eşleriyle yaş farklarının olmadığı ortaya çıkmıştır. Bu kısımda %39,5'lik bir katılımcı grubu eşleriyle yaş farklarının 1-3 yaş olduğunu dile getirmiştir.

Tablo 3.2.8: Evli Bireylerin Çalıştıkları Alana Yönelik Dağılımları

Çalışılan Alan	Frekans	Yüzde
Özel	72	19,6
Kamu	77	21,0
Toplam	149	40,6
Cevap Vermeyenler	218	59,4

Evli bireylerin çalıştıkları alana ilişkin dağılımlarda 72 kişi özelde, 77 kişi ise kamuda çalıştığını ifade etmiştir.

Tablo 3.2.9: Evli Bireylerin Çocuk Sayısı Dağılımları

Çocuk Sayısı	Frekans	Yüzde
Tek çocuğum var	333	90,7
2 çocuğum var	34	9,3
Toplam	367	100,0

Katılımcıların sahip olduğu çocuk sayılarına ilişkin sonuçlarda %90,7'sinin tek çocuğunun olduğu, %9,3'ünün ise 2 çocuğunun olduğu ortaya çıkmıştır.

3.3. Veri Toplama Araçları

Çalışmanın amacı doğrultusunda veri toplama yöntemlerinden biri olan anket yöntemine başvurulmuştur. Anket toplam beş bölümden oluşmaktadır.

Kişisel Bilgi Formu

Birinci bölümde katılımcıların kişisel bilgilerini ortaya koyan cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi gibi özelliklerle ilgili sorular yer almaktadır.

Evlilik Uyum Ölçeği

Katılımcıların evlilik uyumlarını ölçen **Evlilik Uyum Ölçeği** yer almaktadır. Ölçek Locke ve Wallace (1959) tarafından geliştirilmiş ve Tutarel ve Kışlak (1999) tarafından Türkçe 'ye uyarlanmıştır. Toplam 15 ifadenin yer aldığı ölçek içerisindeki birinci madde ile genel olarak evlilik uyum düzeyi ortaya konur iken sonraki 8 ifade olası anlaşma alanlarını ortaya koyar. Ölçeğin son 6 ifadesinde ise çatışma çözme, bağlılık ve iletişim ortaya konur. Ölçek içerisinde anlaşma (ilk dokuz madde) ve ilişki tarzı (son alt madde) olmak üzere iki alt boyut yer almaktadır. Boyutlar içerisinde yer alan ifadelerin puanlanması aşağıdaki gibidir:

Birinci soru 0 ile 6 puan;

İkinci sorudan dokuzuncu soruya kadar olan sorular 5 ile 0 puan;

Onuncu soru 0-0-1 olarak;

On birinci soru 3-2-1-0 olarak;

On ikinci soru 0-1-1 olarak;

On üçüncü soru 0-1-2-3 olarak;

On dördüncü soru 2-1-0 olarak ve son olarak 15. soru 0-1-2-2 olarak puanlanır. Ölçekten alınan puanın 43'ün altında olması evlilik uyumunun düşüklüğünü gösterir. Ölçeğin Türkçe uyarlama çalışması sonucundaki 0,90 olarak tespit edilmiştir. Bu araştırma ise güvenilirlik düzeyi 0,72 olarak hesaplanmıştır.

Young Şema Ölçeği

Young Şema Ölçeği, Young ve arkadaşları (2003) tarafından geliştirilmiştir. Ölçek, Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından Türkçeye uyarlanmıştır. Toplam 90 ifadeden oluşan ölçek içerisinde yer alan ifadeler verilen cevaplar “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” ve “6. Beni mükemmel şekilde tanımlıyor.” olacak şekilde 6'lı Likert olarak yapılandırılmıştır. Bu ifadeler 5 şema alanı ve 18 şema boyutunu kapsar. Boyutlar içerisinde yer alan ifadeler “Duygusal Yoksunluk (1, 19, 37, 55, 73), Başarısızlık (6, 24, 33, 42, 60, 78), Karamsarlık (8, 17, 26, 35, 80), Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76), Duyguları Bastırma (12, 30, 48, 66, 84), Onay Arayıcılık(16, 34, 52, 56, 70, 88), İç İç Geçme/Bağımlılık (7, 9, 10, 25,

63, 64, 79, 81, 82), Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim (15, 22, 32, 50, 51, 68, 69), Kendini Feda (11, 29, 47, 65, 83), Terk Edilme 2, 20, 28, 38, 74), Cezalandırıcılık (18, 49, 53, 54, 72, 89), Kusurluluk (23, 41, 43, 59, 77, 90), Hastalık ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (21, 39, 44, 62, 71), Yüksek Standartlar (13, 14, 31) şeklinde konumlanmıştır. Bu boyutlardan “Terk Edilme, Duygusal Yoksunluk, Kusurluluk ve Sosyal İzolasyon” boyutları kopukluk; “İç İçe Geçme/Bağımlılık, Başarısızlık, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık” boyutları Zedelenmiş Otonomi; “Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim” boyutları Zedelenmiş Sınırlar; “Kendini Feda, Onay Arayıcılık” boyutları Diğerleri Yönelimlilik ve son olarak “Karamsarlık, Duyguları Bastırma, Yüksek Standartlar ve Cezalandırma” boyutları ise Yüksek Standartlar şema alanını oluşturmaktadır. Ölçeğin Türkçe uyarlaması sonucunda güvenilirlik düzeyini gösteren alfa katsayısı şema boyutlarında 0,63 ile 0,80 arasında değişkenlik göstermiş iken bu çalışmada boyutların güvenilirlik düzeyi 0,66 ile 0,84 arasında değişkenlik göstermiştir. (Duygusal Yoksunluk $\alpha = .84$, Başarısızlık $\alpha = .82$, Karamsarlık $\alpha = .83$, Sosyal İzolasyon/Güvensizlik $\alpha = .79$, Duyguları Bastırma $\alpha = .71$, Onay Arayıcılık $\alpha = .81$, İç İçe Geçme/Bağımlılık $\alpha = .70$, Ayrıcalıklılık/Yetersiz Öz Denetim $\alpha = .71$, Kendini Feda $\alpha = .80$, Terk Edilme $\alpha = .69$, Cezalandırılma $\alpha = .79$, Kusurluluk $\alpha = .71$, Tehditler Karşısında Dayanıksızlık $\alpha = .69$, Yüksek Standartlar $\alpha = .66$).

Eş Kabul-Red Ölçeği

Eş Kabul-Red ölçeği, Rohner tarafından 2001 yılında geliştirilmiştir. Ölçek içerisinde toplam 60 ifade yer alır. Bu ifadeler “1- Hiçbir zaman doğru değil”, “2- Nadiren doğru”, “3- Bazen doğru” ve “4- Hemen hemen her zaman doğru” olacak şekilde 4'lü Likert olarak yapılandırılmıştır. Ölçek, “sıcaklık/şefkat”, “düşmanlık/saldırganlık”, “ihmal/kayıtsızlık” ve “ayrışmamış red” alt boyutlarından meydana gelir. Söz konusu boyutlarda yer alan ifadeler şu şekildedir:

1. Sıcaklık/Şefkat Boyutu: (20 ifade): 1, 5, 8, 12, 15, 19, 22, 26, 29, 33, 36, 40, 43, 47, 50, 54, 55, 57, 58, 60. Bu alt ölçekteki bütün maddeler ters olarak puanlanır.
2. Düşmanlık/Saldırganlık Boyutu (15 ifade): 2, 6, 9, 13, 16, 20, 23, 27, 30, 34, 37, 41, 44, 48, 51.
3. İhmal/Kayıtsızlık Boyutu (15 ifade): 3, 7*, 10, 14*, 17, 21*, 24, 28*, 31, 35*, 38, 42*, 45, 49*, 52. Sadece (*) işaretli maddeler ters olarak puanlanır.

4. Ayrışmamış Red Boyutu (10 ifade): 4, 11, 18, 25, 32, 39, 46, 53, 56, 59.

Ölçeğin tamamından alınacak puan minimum 60 maksimum 240 arasında değişiklik gösterir. Ölçekten alınan puanın yüksek olması red algısının yüksek olduğunu gösterir. Ölçeğin Türkçe uyarlaması Varan tarafından 2003 yılında yapılmıştır. Yapılan uyarlama sonucunda ölçeğin güvenilirliği alt boyutlarda 0,85 ile 0,96 arasında tespit edilmiştir. Ölçeğin toplam güvenilirlik düzeyi ise 0,97 olarak tespit edilmiştir. Bizim çalışmamızda ölçeğin toplamının güvenilirlik düzeyi 0,98 olarak tespit edilmiştir.

Beşinci Bölüm: Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği

Ebeveyn Kabul-Red ölçeği, Ölçek bireylerin algıladığı ebeveyn kabul-red durumlarını ortaya koymak amacıyla Rohner ve Khaleque tarafından 1978 yılında geliştirilmiştir. Toplam 24 ifadenin yer aldığı ölçek 4'lü likertten oluşmaktadır. Ölçekten alınabilecek minimum puan 24 iken maksimum puan 96'dır. Ölçek içerisinde "sıcaklık/şefkat", "düşmanlık/saldırganlık", "ihmal/kayıtsızlık" ve "ayrışmamış red" olmak üzere dört boyut yer alır. Boyutlar içerisinde yer alan ifadeler şu şekildedir:

Sıcaklık/şefkat alt boyutu: 1, 3, 9, 12, 13, 17, 19, 22, 24,

Düşmanlık/saldırganlık alt boyutu 4, 6, 10, 14, 18, 20,

İhmal ve kayıtsızlık alt boyutu 2, 7, 11, 15, 23

Ayrışmamış red alt boyutu 5, 8, 16, 21.

Yukarıda ifade edilen boyutlardan sıcaklık/şefkat boyutunda yer alan ifadeler ters bir şekilde kodlanarak puanlanır. Türkçe 'ye uyarlamasının Varan (2003) tarafından yapıldığı Ebeveyn Kabul-Red ölçeğinin anne ve baba formuna ait iç tutarlılık katsayısı sırasıyla 0,86 ile 0,96 olarak tespit edilmiştir. Bu çalışmada bu oranlar 0,88 ile 0,71 olarak tespit edilmiştir.

3.4. Verilerin Analizi

Ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumu üzerindeki etkisinin araştırıldığı bu çalışmada kullanılan istatistiksel metotlara aşağıda yer verilmiştir. Anket analizi gerçekleştirilmeden sorulara verilen cevapların güvenilirliği test edilmelidir. Bu çalışmada anket güvenilirliğinin test

edilmesi için Cronbach's Alpha katsayısı hesaplanmış ve bu katsayı üstünden anket güvenilirliği sınanmıştır.

Anket verilerini analiz etmek için kullanılan bir diğer yöntem verilerin frekans dağılımlarının analidir. Frekans dağılımı analizi ile katılımcılara ait cinsiyet, eğitim düzeyi, yaş ve evlilik süresi gibi kişisel bilgileri ortaya koyan sorularda katılımcıların adedi ve örneklem içindeki yüzdelik dilimleri ortaya konmuştur. Araştırma kapsamındaki verilerin normal dağılıp dağılmadığını tespit etmek için verilere ait basıklık ve çarpıklık değerleri hesaplanmış ve bu değerler üstünden normal dağılım test edilmiştir.

Araştırmada ele alınan ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi, erken dönem uyumsuz şemalar ve evlilik uyumu ölçekleri ve bu ölçekler içerisinde yer alan alt boyutlara ait tanımlayıcı istatistiklere yer verilmiştir. Bu kısımda değerlendirmeye esas olarak ortalama değerler baz alınmıştır. Araştırmada ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi, erken dönem uyumsuz şemaları ile evlilik uyumu arasındaki ilişkinin ortaya konulmasında korelasyon analizine başvurulmuştur. Burada söz konusu ilişkinin tespiti noktasında, Pearson Momentler Çarpımı Korelasyon Katsayısı ve anlamlılık değeri "p" baz alınmıştır. Korelasyon analizinde hesaplanan katsayının değerlendirilmesinde ise aşağıdaki değer aralıkları kabul edilmiştir (Kalaycı, 2005: 116);

0,00-0,25 Çok Zayıf;

0,26-0,49 Zayıf;

0,50-0,69 Orta;

0,70-0,89 Yüksek;

0,90-1,00 Çok Yüksek"

Son olarak, araştırmada ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi, erken dönem uyumsuz şemalarının evlilik uyumu üzerindeki etkisinin tespit edilmesi amacıyla regresyon analizine başvurulmuştur. Bu kısımda ele alınan değişkenlerin ikiden fazla olmasından ötürü çoklu regresyon analizi tercih edilmiştir.

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

BULGULAR

Bu bölümde normallik test sonuçları, katılımcıların özellikleri, araştırmada yer alan değişkenlere ait tanımlayıcı istatistikler ve araştırma problemlerinin test sonuçları yer almaktadır.

4.1. Normallik Test Sonuçları

Araştırmada yer alan anket uygulaması sonucu elde edilen verilerin normal dağılım gösterip göstermediğinin tespiti amacıyla “normallik” testine başvurulmuştur. Normallik testinde Skewness ve Kurtosis değerlerinin -3,29 ila +3,29 aralığında olduğu durumda verilerin, yaklaşık norm ile, parametrik testlere karar verilmiştir.

Tablo 4.1.1: Normallik Dağılımına İlişkin Bulgular

	Skewness	Kurtosis
Young Şema	1,139	,693
Kopukluk	1,602	,711
Yüksek Standartlar	,577	1,272
Zedelenmiş Otonomi	1,451	,902
Diğerleri Yönelimlilik	,108	,408
Zedelenmiş Sınırlar	,205	-,255
Duygusal Yoksunluk	1,253	1,318
Başarısızlık	1,465	,948
Karamsarlık	,952	,709
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	1,012	1,163
Duyguları Bastırma	1,032	1,390
Onay Arayıcılık	,186	,189
İç İç Geçme/Bağımlılık	1,613	,230
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	,205	-,255
Kendini Feda	,030	-,014
Terk Edilme	2,060	5,633
Cezalandırıcılık	-,217	,286
Kusurluluk	2,103	6,458

Hastalık ve Tehditler Karşısında	,838	,488
Dayanıksızlık		
Yüksek Standartlar	,441	-,516
Evlilik Uyumu	,142	,070
Anlaşma	,227	,074
İlişki Tarzı	-,574	-,356
Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Baba	1,281	1,293
Sıcaklık/Şefkat-Baba	,653	-,161
Düşmanlık/Saldırganlık-Baba	1,958	3,992
Kayıtsızlık/İhmal-Baba	1,077	,491
Ayrılmamış Reddetme-Baba	,429	,707
Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Anne	,825	,868
Sıcaklık/Şefkat-Anne	,687	-,708
Düşmanlık/Saldırganlık-Anne	1,163	1,084
Kayıtsızlık/İhmal-Anne	,971	,795
Ayrılmamış Reddetme-Anne	1,490	1,753
Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan	1,206	,888
Sıcaklık/Şefkat	1,012	,251
İhmal/Kayıtsızlık	1,233	1,144
Düşmanlık/Saldırganlık	1,281	,916
Ayrılmamış Red	1,322	1,008

Tablo 4.1.1’de araştırmada yer alan değişkenlerin normallik test sonuçları yer almaktadır. Elde edilen değerlere bakıldığında verilerin normal bir dağılım gösterdiği kabul edilmiştir.

4.2. Araştırma Problemlerinin Test Edilmesi

Araştırmanın bu kısmında başlangıçta oluşturulan araştırma problemlerinin test sonuçları yer almaktadır.

4.2.1. Katılımcıların Evlilik Uyum Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular

Bu kısımda “evli bireylerin evlilik uyumları ne düzeydedir?” sorusuna ilişkin elde edilen bulgu yer almaktadır. Evlilik uyum düzeyinin kesim noktası olan 43 puanın altında olduğu durumda katılımcıların evlilik uyum düzeylerinin düşük olduğu bulunmuştur. Elde edilen sonuçlar Tablo 4.2’de gösterilmektedir.

Tablo 4.2.1.1: Evlilik Uyum Düzeyleri

	X	Ss
Evlilik Uyumu	34,97	10,052
Anlaşma	24,51	8,498
İlişki Tarzı	10,46	2,825

Tablo 4.2.1.1 incelendiğinde, evlilik uyum düzeylerine yönelik elde edilen sonuçlarda evli bireylerin uyum puanlarının 34,97 olduğu görülmektedir. Bu değer katılımcıların evlilik uyumlarının 43 puanın altında olduğundan ötürü düşük olduğunu göstermektedir. Bu kısımda ayrıca anlaşma boyutundan alınan puanın 24,51; ilişki tarzı boyutundan alınan puanının ise 10,46 olduğu ortaya çıkmıştır.

4.2.2. Katılımcıların Ebeveyn Kabul Red Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular

Bu kısımda “evli bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi ne düzeydedir?” sorusuna ilişkin elde edilen bulgu yer almaktadır. Bu amaçla öncelikle katılımcıların annelerine yönelik kabul red düzeylerine ilişkin bulgulara yer verilmiştir. Sonrasında ise ebeveyn kabul red baba formundan alınan toplam puan düzeyleri ortaya konmuştur.

Evli bireylerin babalarına yönelik kabul red düzeylerine yönelik sonuçlar Tablo 4.2.2.1’te yer almaktadır.

Tablo 4.2.2.1: Ebeveyn Kabul Red Baba Düzeyi

	X	Ss
Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Baba	39,81	11,373
Sıcaklık/Şefkat-Baba	17,74	4,618
Düşmanlık/Saldırganlık-Baba	8,65	3,576
Kayıtsızlık/İhmal-Baba	8,25	3,393
Ayrışmamış Reddetme-Baba	5,17	2,308

Tablo 4.2.2.1 incelendiğinde, evli bireylerin kabul-red ölçeği baba formunda aldıkları puana ilişkin sonuçların 39,81 olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kısımda Sıcaklık/Şefkat boyutundan alınan puanın 17,74; Düşmanlık/Saldırganlık boyutundan alınan puanın 8,65; Kayıtsızlık/İhmal boyutundan alınan puanın 8,25 ve son olarak Ayrışmamış Reddetme boyutundan alınan puanın ise 5,17 olduğu ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul red ölçeğinden alınabilecek toplam puanın minimum 24 maksimum 96 puan alınabildiği göz önüne alınırsa katılımcıların ebeveyn kabul düzeyinin orta düzeye yakın olduğu ifade edilebilir.

Evli bireylerin annelerine yönelik kabul red düzeylerine yönelik sonuçlar Tablo 4.2.2.2’te yer almaktadır.

Tablo 4.2.2.2.: Ebeveyn Kabul Red Anne Düzeyi

	X	Ss
Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Anne	40,16	8,350
Sıcaklık/Şefkat-Anne	17,35	5,046
Düşmanlık/Saldırganlık-Anne	9,29	3,606
Kayıtsızlık/İhmal-Anne	7,94	2,802
Ayrışmamış Reddetme-Anne	5,57	2,248

Tablo 4.2.2.2 incelendiğinde, evli bireylerin kabul-red ölçeği anne formunda aldıkları puana ilişkin sonuçların 40,16 olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kısımda Sıcaklık/Şefkat boyutundan alınan puanın 17,35; Düşmanlık/Saldırganlık boyutundan alınan puanın 9,29; Kayıtsızlık/İhmal boyutundan alınan puanın 7,94 ve son olarak Ayrışmamış Reddetme boyutundan alınan puanın ise 5,57 olduğu ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul red ölçeğinden alınabilecek toplam puanın minimum 24 maksimum 96 puan alınabildiği göz önüne alınırsa katılımcıların ebeveyn kabul düzeyinin orta düzeye yakın olduğu ifade edilebilir. Aynı zamanda bu formdan alınan puanlar baba formundan alınan puanlar ile karşılaştırıldığında kabul red ölçeği anne formundan alınan puan ortalamasının baba formundan alınan puan ortalamasına yakın olduğu gözlemlenmiştir.

4.2.3. Katılımcıların Eş Kabul Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin eş kabul red düzeylerine yönelik sonuçlar Tablo 4.2.3.1’te yer almaktadır.

Tablo 4.2.3.1: Eş Kabul Red Düzeyleri

	X	Ss
Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan	101,19	36,657
Sıcaklık/Şefkat	35,25	14,418
İhmal/Kayıtsızlık	24,89	8,693
Düşmanlık/Saldırganlık	24,74	9,897
Ayrışmamış Red	16,31	6,626

Tablo 4.2.3.1 incelendiğinde, evli bireylerin Eş Kabul-Red Ölçeği puanlarına yönelik sonuçlarda toplam puanın 101,19 olduğu ortaya çıkmıştır. Eş Kabul-Red ölçeğine alt boyutlar bağlamında baktığımızda ise Sıcaklık/Şefkat boyutundan alınan puanın 35,25; İhmal/Kayıtsızlık boyutundan alınan puanın 24,89; Düşmanlık/Saldırganlık boyutundan alınan puanın 24,74 ve son olarak Ayrışmamış Red boyutundan alınan puanın 16,31 olduğu ortaya çıkmıştır.

4.2.4. Katılımcıların Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeylerine İlişkin Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin erken dönem uyumsuz şema düzeylerine yönelik sonuçlar Tablo 4.2.4.1’de yer almaktadır.

Tablo 4.2.4.1.: Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeyleri

	X	Ss
Young Şema Ölçeği Toplam Puan	217,63	58,522
Duyusal Yoksunluk	10,74	5,641
Başarısızlık	12,11	5,168
Karamsarlık	12,15	5,610
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	16,93	6,713
Duyuları Bastırma	10,78	4,599
Onay Arayıcılık	19,43	5,473
İç İç Geçme/Bağımlılık	16,68	7,105
Ayrıcalıklı/Yetersiz Özdenetim	22,57	6,382
Kendini Feda	17,14	5,234

Terk Edilme	8,97	4,363
Cezalandırıcılık	21,02	5,333
Kusurluluk	9,95	4,561
Hastalık ve Tehditler Karşısında	12,02	4,961
Dayanıksızlık		
Yüksek Standartlar	8,61	3,719
Kopukluk	46,59	18,459
Yüksek Standartlar	52,56	14,018
Zedelenmiş Otonomi	40,81	14,872
Diğerleri Yönelimlilik	36,57	9,174
Zedelenmiş Sınırlar	22,57	6,382

Tablo 4.2.4.1 incelendiğinde, Yukarıdaki tablo, evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemalarının hangi düzeyde olduklarına yönelik sonuçları göstermektedir. Buna göre evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaların 217, 63 ortalama toplam puanına sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kısımda yer alan alt boyutlara bakıldığında duygusal yoksunluğun 10,74; başarısızlığın 12,11; karamsarlığın 12,15 ve sosyal izolasyon/güvensizliğin ise 16,93 olduğu ortaya çıkmıştır.

4.2.5. Evli Bireylerin Evlilik Uyumluları ile Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları toplam puan ile alt boyutlardan aldıkları puanlar ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.1’de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.1.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Baba Toplam Puan	Sıcaklık/ Şefkat	İhmal/ Kayıtsızlık	Düşmanlık/ Saldırganlık	Ayrışmamış Red
Evlilik Uyumu	R ⁻ ,18**	-,17**	-,15**	-,16**	-,08
Anlaşma	R ⁻ ,14**	-,14**	-,12*	-,12*	-,04
İlişki Tarzı	R ⁻ ,22**	-,19*	-,17**	-,19**	-,15**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.2.5.1' de göre ebeveyn kabul reddi toplam puanı ile evlilik uyumu toplam puanı ($r=-,18$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,14$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,22$, $p<0,01$) alt boyutları arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur ($p<0,01$). Ebeveyn kabul reddi baba formu Sıcaklık/Şefkat alt boyutu ile evlilik uyumu toplam puanı ($r=-,17$; $p<0,01$), anlaşma ($r=-,14$ $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,19$ $p<0,05$) alt boyutları arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ebeveyn kabul reddi baba formu alt boyutlarından İhmal/Kayıtsızlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,15$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,12$, $p<0,05$) ve son olarak ilişki tarzı ($r=-,17$, $p<0,01$) değişkeni arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu, ancak bu ilişkinin çok zayıf olduğu ortaya çıkmıştır.

Ebeveyn kabul reddi baba formu alt boyutlarından Düşmanlık/Saldırganlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,16$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,12$, $p<0,05$) ve son olarak ilişki tarzı ($r=-,19$, $p<0,01$) değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu, ancak bu ilişkinin çok zayıf olduğu ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul reddi baba formu alt boyutlarından Ayrışmamış Red değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,08$) ve anlaşma ($r=-,01$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı ($r=-,15$, $p<0,01$) değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Evli bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları toplam puan ile alt boyutlardan aldıkları puanlar ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.2’de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.2.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

		Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan-Anne Toplam Puan	Sıcaklık/Şefkat İhmal/Kayıtsızlık	Düşmanlık/Saldırganlık Ayrışmamış Red		
Evlilik Uyumu	R	-,10	-,21**	,02	,06	,00
Anlaşma	R	-,07	,18**	,02	,08	,01
İlişki Tarzı	R	-,13*	-,20**	,02	-,03	-,04

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.5.2 incelendiğinde, ebeveyn kabul reddi (anne) ile evlilik uyumu ($r=-,10$) ve anlaşma ($r=-,07$) arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, ancak ilişki tarzı ($r=-,13$; $p<0.05$) değişkeni arasında düşük düzeyde negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu bulunmuştur. Ebeveyn kabul reddi anne formu alt boyutlarından Sıcaklık/Şefkat değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,21$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,18$, $p<0,01$) ve son olarak ilişki tarzı ($r=-,20$, $p<0,01$) değişkeni arasında çok zayıf bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul reddi anne formu alt boyutlarından İhmal/Kayıtsızlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=,02$), anlaşma ($r=,02$) ve son olarak ilişki tarzı ($r=,02$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul reddi anne formu alt boyutlarından Düşmanlık/Saldırganlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=,06$), anlaşma ($r=,08$) ve son olarak ilişki tarzı ($r=-,03$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Ebeveyn kabul reddi anne formu alt boyutlarından Ayrışmamış Red değişkeni ile evlilik uyumu ($r=,00$), anlaşma ($r=,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,04$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Evli bireylerin evlilik uyum ölçeğinden aldıkları toplam puan ile alt boyutlardan aldıkları puanlar ile Eş Kabul Red Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.3’ de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.3.: Evlilik Uyumu Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları İle Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

		Eş Kabul- Red Ölçeği Toplam Puan	Sıcaklık/ Şefkat	İhmal/ Kayıtsızlık	Düşmanlık/ Saldırganlık	Ayrılmamış Red
Evlilik Uyumu	R	-,50**	-,47**	-,48**	-,45**	-,43**
Anlaşma	R	-,36**	-,34**	-,36**	-,32**	-,30**
İlişki Tarzı	R	-,70**	-,67**	-,64*	-,64**	-,64**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.2.5.3 incelendiğinde, göre eş kabul reddi ile evlilik uyumu ($r=-,50$, $p<0,01$) değişkeni arasında negatif yönde ve orta seviyede; anlaşma değişkeni arasında negatif yönde ve zayıf seviyede ve son olarak ilişki tarzı değişkeni arasında ise yüksek düzeyde ve negatif bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Eş kabul reddi alt boyutlarından Sıcaklık/Şefkat değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,47$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,34$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,67$, $p<0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Eş kabul reddi alt boyutlarından İhmal/Kayıtsızlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,48$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,36$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,64$, $p<0,05$) değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Eş kabul reddi alt boyutlarından Düşmanlık/Saldırganlık değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,45$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,32$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,64$, $p<0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Eş kabul reddi alt boyutlarından

Ayrışmamış Red değişkeni ile evlilik uyumu ($r=-,43$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,30$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,64$, $p<0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Evli bireylerin Evlilik Uyum Ölçeğinden aldıkları toplam puan ile alt boyutlardan aldıkları puanlar ile Young Şema Ölçeği toplam puanı ve Şema Alanları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.4'te yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.4.: Evlilik Uyum Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ve Şema Alanları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Evlilik		
	Uyumu	Anlaşma İlişki Tarzı	
Young Şema	-,16**	-,12*	-,21**
Kopukluk	-,20**	-,15**	-,27**
Yüksek Standartlar	-,09	-,07	-,13*
Zedelenmiş Otonomi	-,14**	-,10	-,19**
Diğeri			
Yönelimlilik	-,10	-,08	-,14**
Zedelenmiş Sınırlar	-,12*	-,09	-,15**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır.

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır.

Tablo 4.2.5.4 incelendiğinde, erken dönem uyumsuz şemaları toplam puanı ile evlilik uyumu ($r=-,16$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,12$, $p<0,05$) ve ilişki tarzı ($r=-,21$, $p<0,01$) arasında negatif yönde ancak çok zayıf şiddetinde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Kopukluk şema alanı ile evlilik uyumu ($r=-,20$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,15$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,27$, $p<0,01$) arasında negatif yönde ancak çok zayıf şiddetinde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Yüksek Standartlar şema alanı ile evlilik uyumu ($r=-,09$) ve anlaşma ($r=-,10$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, buna karşın ilişki tarzı ($r=-,13$, $p<0,05$) arasında ise 0,05 düzeyinde ve negatif yönde ancak çok zayıf düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Zedelenmiş Otonomi şema alanı ile evlilik uyumu ($r=-,14$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,19$, $p<0,01$) değişkenleri arasında 0,01 düzeyinde düşük düzeyde ancak anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmış iken anlaşma ($r=-,10$) değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Diğeri Yönelimlilik şema alanı ile evlilik uyumu ($r=-,10$) ve anlaşma ($r=-,08$) değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı, buna karşın ilişki tarzı ($r=-,14$, $p<0,01$) arasında ise 0,01 düzeyinde ve negatif yönde ancak çok zayıf şiddetinde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Zedelenmiş Sınırlar şema alanı ile evlilik uyumu ($r=-,12$, $p<0,05$) ve ilişki tarzı ($r=-,15$, $p<0,01$) değişkenleri arasında düşük düzeyde ancak anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmış iken anlaşma ($r=-,09$) değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Evli bireylerin Evlilik Uyum Ölçeğinden aldıkları toplam puan ile alt boyutlardan aldıkları puanlar ile Young Şema Ölçeği alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.5' de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.5.: Evlilik Uyum Ölçeği Toplam Puanı ve Alt Boyutları ile Young Şema Ölçeği Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

		Evlilik Uyumu	Anlaşma	İlişki Tarzı
Duyusal Yoksunluk	r	-,29**	-,21**	-,42**
Başarısızlık	r	-,08	-,06	-,13*
Kararsızlık	r	-,15**	-,14**	-,11*

Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	r	-,20**	-,16**	-,22**
Duyguları Bastırma	r	-,13*	-,10	-,15**
Onay Arayıcılık	r	-,09	-,07	-,13*
İç İç Geçme/Bağımlılık	r	-,17**	-,13*	-,22**
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	r	-,12**	-,09	-,15**
Kendini Feda	r	-,08	-,06	-,10
Terk Edilme	r	-,12*	-,09	-,16**
Cezalandırıcılık	r	,01	,03	-,08
Kusurluluk	r	-,05	-,03	-,11*
Hastalık ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	r	-,08	-,06	-,12*
Yüksek Standartlar	r	,02	,03	-,02

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.5.5 incelendiğinde, Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Duygusal Yoksunluk ile evlilik uyumu ($r=-,29$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-,21$, $p<0,01$) ve ilişki tarzı ($r=-,42$, $p<0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Bu ilişki, evlilik uyumu ve ilişki tarzı değişkeni için zayıf şiddetinde; anlaşma değişkeninde ise çok zayıf şiddetindedir. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Başarısızlık ile evlilik uyumu ve anlaşma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı değişkeni ($r=-,13$, $p<0,05$) ile çok zayıf şiddetli ve negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Karamsarlık ile evlilik uyumu ($r=-,15$, $p<0,01$), anlaşma ($r=-$

,14, $p < 0,01$) ve ilişki tarzı ($r = -,11$, $p < 0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde ancak çok zayıf şiddetli anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Sosyal İzolasyon/Güvensizlik ile evlilik uyumu ($r = -,20$, $p < 0,01$), anlaşma ($r = -,16$, $p < 0,01$) ve ilişki tarzı ($r = -,22$, $p < 0,01$) değişkenleri arasında negatif yönde ancak çok zayıf şiddetli anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Onay Arayıcılık ile evlilik uyumu ve anlaşma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı değişkeni ($r = -,13$, $p < 0,05$) ile çok zayıf şiddetli ve negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından Cezalandırıcılık ve Kendini Feda Etme ile evlilik uyumu, anlaşma ve ilişki tarzı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından kusurluluk ile evlilik uyumu ve anlaşma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı değişkeni ($r = -,11$, $p < 0,05$) ile çok zayıf şiddetli ve negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır.

4.2.5.6. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Kabul Reddi ve Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin Young Şema Ölçeğinden aldıkları toplam puan ile Kabul-Red Ölçeği (Baba) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.6.1' de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.6.1.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan (Baba) ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Kabul- Red Ölçeği Toplam Puan- Baba	Sıcaklık/Ş efkat- Baba	Düşmanlık/ Saldırganlık- Baba	Kayıtsızlık/İh mal-Baba Ayrışm amış Reddet me- Baba		
Young Şema	r	,36**	,28**	,28**	,31**	,34**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.5.6.1 incelendiğinde, Young şema toplam puanı ile ebeveyn kabul reddi toplam puanı ($r=,36$, $p<0.01$) ve sıcaklık/şefkat ($r=,28$, $p<0.01$), düşmanlık/saldırganlık ($r=,28$, $p<0.01$), kayıtsızlık/ihmal ($r=,31$, $p<0.01$) ve ayrışmamış reddetme ($r=,34$, $p<0.01$) alt boyutlarından alınan puanlar arasında pozitif yönde düşük düzeyde ilişki olduğu bulunmuştur.

Evli bireylerin Young Şema Ölçeğinden aldıkları toplam puan ile Kabul-Red Ölçeği (Anne) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.6.2' de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.6.2.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

		Kabul- Red Ölçeği Toplam Puan- Anne	Sıcaklık/Ş efkat- Anne	Düşmanlık/ Saldırganlık/ -Anne	Kayıtsızlık/İh mal-Anne	Ayrışm amış Reddet me- Anne
Young Şema	r	,13*	,16**	-,00	,03	,10*

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

* Korelasyon 0,05 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.5.6.2 incelendiğinde, Erken dönem uyumsuzluk şemaları ile ebeveyn kabul reddi anne formu arasındaki ilişkiyi göstermektedir. Buna göre Young şema toplam puanı ($r=,13$, $p<0,01$) ile ebeveyn kabul reddi ve alt boyutlarından sıcaklık/şefkat ($r=,16$, $p<0,05$) ve ayrışmamış reddetme ($r=,10$, $p<0,05$) arasında pozitif yönde bir ilişki; diğer alt boyutlarda ise anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır.

Evli bireylerin Young Şema Ölçeğinden aldıkları toplam puan ile Eş Kabul-Red Ölçeği toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.5.6.3' de yer almaktadır.

Tablo 4.2.5.6.3.: Young Şema Ölçeği Toplam Puanı ile Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Eş Kabul- Red Ölçeği Toplam Puan	Sıcaklık/Ş efkat	İhmal/Kayıt sızlık	Düşmanlık/Sa ldırğanlık	Ayrışm amış Red
Young Şema	r	-,37**	-,31**	-,36**	-,36**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.5.6.3, erken dönem uyumsuzluk şemaları ile eş kabul reddi arasındaki ilişkiyi göstermektedir. Buna göre Young şema toplam puanı ile eş kabul reddi ($r=-,37$, $p<0.01$) ve sıcaklık/şefkat ($r=-,31$, $p<0.01$), düşmanlık/saldırğanlık ($r=-,36$, $p<0.01$), kayıtsızlık/ihmal ($r=-,36$, $p<0.01$) ve ayrışmamış reddetme ($r=-,36$, $p<0.01$) alt boyutlarından alınan puanlar arasında negatif yönde zayıf şiddetli bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

4.2.7. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi-Baba ile ve Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin Eş Kabul-Red Ölçeği toplam puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.7.1'de yer almaktadır.

Tablo 4.2.7.1: Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Baba) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Kabul -Red Ölçeği	Sıcaklık/Şef kat-Baba	Düşmanlık/Saldır ğanlık-Baba	Kayıtsızlık/İh mal-Baba	Ayrışma mış Reddetm e-Baba
i					
Topla m					

	Puan- Baba				
Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan	,34**	,30**	,24**	,27**	,30**
Sıcaklık/Şefkat	R,32**	,30**	,20**	,25**	,27**
İhmal/Kayıtsızlık	R,31**	,27**	,22**	,25**	,28**
Düşmanlık/Saldırganlık	R,28**	,23**	,22**	,23**	,25**
Ayrışmamış Red	R,35**	,28**	,29**	,27**	,33**

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.7.1, eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (baba) arasındaki ilişkinin korelasyon analizi sonuçlarını göstermektedir. Buna göre eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (baba) ($r=,34$, $p<0.01$) sıcaklık/şefkat ($r=,30$, $p<0.01$), düşmanlık/saldırganlık ($r=,24$, $p<0.01$), kayıtsızlık/ihmal ($r=,27$, $p<0.01$) ve ayrışmamış reddetme ($r=,30$, $p<0.01$) alt boyutlarından alınan puanlar arasında anlamlı ve pozitif yönde zayıf şiddetli bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

4.2.8. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi-Anne ile Eş Kabul Reddi Arasındaki İlişkinin Tespitine Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin Eş Kabul-Red Ölçeği toplam puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) toplam puanı ve alt boyutları arasındaki ilişkiye yönelik sonuçlar Tablo 4.2.8.1'de yer almaktadır.

Tablo 4.2.8.1.: Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puanı ile Ebeveyn Kabul-Red Ölçeği (Anne) Toplam Puan ve Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Korelasyon Analizi Sonuçları

	Kabul Sıcaklık/Şefkat	Düşmanlık/Saldırganlık	Kayıtsızlık/İhmal	Ayrışmamış Red
Eş Kabul-Red Ölçeği Toplam Puan	,15**	,23**	-,02	,01
Sıcaklık/Şefkat	R,15**	,24**	-,03	,02
İhmal/Kayıtsızlık	R,12*	,20**	-,03	-,01
Düşmanlık/Saldırganlık	R,12*	,18**	-,02	,01
Ayrışmamış Red	R,17**	,23**	,01	,01

** Korelasyon 0,01 düzeyinde anlamlıdır (2-Kuyruklu).

Tablo 4.2.8.1, eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (anne) arasındaki ilişkinin korelasyon analizi sonuçlarını göstermektedir. Buna göre eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (anne) toplam puanı ($r=,15$, $p<0.01$) ve sıcaklık/şefkat alt boyutundan alınan puan ($r=,23$, $p<0.01$) arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmış iken diğer alt boyutlarda herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır.

4.2.9. Evlilik Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin evlilik uyumları ile cinsiyet arasındaki farklılığın tespitine yönelik yapılan analiz sonuçları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.2.9.1.: Evlilik Uyumunun Cinsiyete Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişkenler	Cinsiyet	N	X	Ss	F	p
Evlilik Uyumunu	Kadın	276	34,67	10,191	,705	,32
	Erkek	91	35,89	9,615		
Anlaşma	Kadın	276	24,33	8,594	,818	,47
	Erkek	91	25,08	8,224		
İlişki Tarzı	Kadın	276	10,34	2,899	4,096	,16
	Erkek	91	10,81	2,569		

Katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların cinsiyete göre yapılan karşılaştırma sonucunda, 0,05 düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

4.2.10. Evlilik Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evli bireylerin evlilik uyumları ile yaş arasındaki farklılığın tespitine yönelik yapılan analiz sonuçları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.2.10.1.: Evlilik Uyumunun Yaşa Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Tek Yönlü Varyans (ANOVA) Analizi Sonuçları

Bağımlı Değişkenler		N	X	Ss	F	p
Evlilik Uyumunu	21-30 yaş arası	58	35,67	12,724	,711	,51
	31-40 yaş arası	179	35,29	9,304		
	41-50 yaş arası	96	34,77	9,622		
	50 yaş ve üzeri	34	32,65	10,030		
	Toplam	367	34,97	10,052		
Anlaşma	21-30 yaş arası	58	25,12	10,338	,975	,41
	31-40 yaş arası	179	24,82	8,000		
	41-50 yaş arası	96	24,39	8,275		
	50 yaş ve üzeri	34	22,26	8,229		
	Toplam	367	24,51	8,498		
İlişki Tarzı	21-30 yaş arası	58	10,55	3,283	,052	,98
	31-40 yaş arası	179	10,47	2,527		
	41-50 yaş arası	96	10,39	2,982		
	50 yaş ve üzeri	34	10,38	3,134		
	Toplam	367	10,46	2,825		

Tablo 4.2.10.1 incelendiğinde, Katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların yaşa göre yapılan karşılaştırma sonucunda, 0,05 düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

4.2.11. Evlilik Uyumunun Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırmasına Yönelik Elde Edilen Bulgular

Evlü bireylerin evlilik uyumları ile çalışma durumu arasındaki farklılığın tespitine yönelik yapılan analiz sonuçları aşağıdaki tabloda gösterilmiştir.

Tablo 4.2.11.1.: Evlilik Uyumunun Çalışma Durumuna Göre Karşılaştırmasına Yönelik Etkisinin Bağımsız Örneklem t-Testi Sonuçları

Bağımlı Değişkenler	Çalışma Durumu	N	X	Ss	F	p
Evlilik Uyumu	Evet	21 2	35,12	9,778	1,574	,73
	Hayır	15 5	34,76	10,445		
Anlaşma	Evet	21 2	24,47	8,367	1,129	,91
	Hayır	15 5	24,57	8,701		
İlişki Tarzı	Evet	21 2	10,65	2,681	2,363	,12
	Hayır	15 5	10,19	3,000		

Tablo 4.2.11.1 incelendiğinde, katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların çalışma durumuna göre yapılan karşılaştırma sonucunda, 0,05 düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir.

BEŞİNCİ BÖLÜM

TARTIŞMA VE DEĞERLENDİRME

5.1. Tartışma

Çalışmanın temel amacı, giriş bölümünde belirtildiği üzere, evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumu üzerinde herhangi bir etkiye sahip olup olmadığının incelenmesidir. Bu bağlamda, değişkenler arasındaki ilişkiyi incelemek adına ilişkisel tarama modeli tercih edilmiştir. Çalışmanın bu bölümünde, araştırmada elde edilen bulgular ilgili alan yazın çerçevesinde tartışılmaktadır.

5.1.1. Evli Bireylerin Evlilik Uyumları, Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şema Düzeylerine Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmada, evli bireylerin evlilik uyum düzeylerine yönelik bulgularda, genel uyumun düşük olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Fışiloğlu (1992) tarafından yapılan çalışmada ise katılımcıların evlilik uyumunun yüksek olduğu tespit edilmiştir. Bir diğer çalışmada ise çalışmadan farklı olarak evli bireylerde uyum düzeyinin yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır (Yaman Akpınar, 2019).

Araştırmada elde edilen bir diğer bulgu olarak, evli bireylerin ebeveyn kabul-red ölçeği baba formunda aldıkları puana ilişkin sonuçların orta düzeyde olduğu, yani katılımcıların ebeveyn kabul düzeyinin orta düzeye yakın olduğu tespit edilmiştir. Literatürde bu bulgumuzu destekleyen çalışmalar bulunmaktadır. Azizli'nin (2018) "Algılanan Ebeveyn Kabul-Red Düzeyi ile Kendini Belirleme Arasındaki İlişkide Özerklik Desteğinin Aracı Rolü" başlıklı çalışmasında, ebeveyn kabul red ölçeği baba formundan aldıkları puanın orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir. Öngider' in (2013) çalışmasında evli bireylerin ebeveyn kabul-red ölçeği baba formunda aldıkları puanın orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Araştırmada, evli bireylerin ebeveyn kabul-red ölçeği (anne) toplam puanlarının ise 40,16, diğer bir ifadeyle katılımcıların ebeveyn kabul düzeyinin orta düzeyde olduğu ortaya çıkmıştır. Azizli'nin (2018) çalışmasında, ebeveyn kabul red ölçeği anne formundan aldıkları puanın 34,16 olduğu tespit edilmiştir. Öngider' in (2013)

“Boşanmış ve Evli Ailelerden Gelen Çocukların Algıladıkları Ebeveyn Kabul-red Düzeyleri ile Psikolojik Uyum Düzeylerinin Karşılaştırılması” başlıklı çalışmada evli bireylerin ebeveyn kabul-red ölçeği anne formunda aldıkları puanın orta düzeyde olduğu tespit edilmiştir.

Evli bireylerin Eş Kabul-Red düzeylerine yönelik elde edilen bulgularda, toplam puanın 101,19 olduğu ortaya çıkmıştır. Ölçekten alınan puanın 60 olduğu durumda bireylerin kabul algısının; 240 olduğu durumda ise red algısının yüksek; 150 olduğu durumda ise kabul ve red algısının orta düzeyde olduğu esastan yola çıkarak, katılımcıların eş-kabul algısının red algısından daha yüksek olduğu ifade edilebilir. Yapılan bir diğer çalışmada ise, evli bireylerde eş kabul-red ölçeğinden aldıkları puanın yine orta düzeyde olduğu görülmüştür (Babuşcu, 2014).

Araştırmamızda elde edilen diğer bir bulguda, evli bireylerin erken dönem uyumsuz şemaların 217, 63 ortalama toplam puanına sahip olduğu ortaya çıkmıştır. Bu değer, katılımcıların erken dönem uyumsuz şema düzeylerinin yüksek olduğunu göstermektedir. Yıldız’ın (2018) “Evlilik Doyumunun Öncülleri ve Sonuçları: Depresyon, Kaygı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar” başlıklı çalışmada erken dönem uyumsuz şema puanının 178,37 olduğu tespit edilmiştir. Tökel’in (2019) çalışmada ise Young Şema Ölçeği toplam puanının 194,27 olduğu tespit edilmiştir.

Yurt dışında yapılan çalışmalar da ülkemizdeki çalışmalarla örtüştüğü ifade edilmektedir. Young ve ark. (2003) şemaların kökeninde erken dönem yaşantıların olduğuna dikkat çeker ve erken çocukluk döneminde karşılanmayan ihtiyaçların, psikolojik uyumsuzluklar, bağlanma problemleri, duyguların ifade edilmesinde sıkıntılar, otonomi, olumsuz kimlik algısı sorunlarına yol açtığından bahsetmektedirler. Evrensel olan temel ihtiyaçlar, çocuklukta sağlanmadığında, birey yetişkin olduğunda, yaşadığı sosyal ve özellikle romantik yakın ilişkilerde erken dönem uyumsuz şemalar aktive olurlar ve çocuklukta yaşadıkları benzer sahneleri tekrardan yaşarlar Akt. Çakır, Soygüt, 2009). Kevlekçi (2013 :4-5).

5.1.2. Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeyleri ile Ebeveyn Kabul Reddi, Eş Kabul Reddi ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Tartışılması

Araştırmada, evlilik uyumu ve alt boyutlarından anlaşma ile anne reddi arasında korelasyon olmadığı ortaya çıkmış iken ilişki tarzı alt boyutunda negatif yönde ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bu kısımda, evlilik uyumu ve alt boyutları ile ebeveyn kabul reddi (anne) arasında anlamlı düzeyde bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Bununla beraber araştırmada ebeveyn kabul reddi (anne) alt boyutlarından ihmal/kayıtsızlık, düşmanlık/saldırganlık ayrışmamış red değişkenlerinin evlilik uyumu, anlaşma ve ilişki tarzı değişkenleri ile korelasyon olmadığı tespit edilmiştir. Evlilik uyumu ile ebeveyn kabul-reddi (baba) arasındaki ilişkiye yönelik analiz sonucunda ise, ebeveyn kabul reddi (baba) ile evlilik uyumu, anlaşma ve son olarak ilişki tarzı değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Burada ebeveyn kabul reddi (baba) alt boyutları olan sıcaklık/şefkat, ihmal/kayıtsızlık, düşmanlık/saldırganlık değişkenleri ile evlilik uyumu, anlaşma ve son olarak ilişki tarzı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Buna karşın ebeveyn kabul reddi baba formu alt boyutlarından ayrışmamış red değişkeni ile evlilik uyumu ve anlaşma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı değişkeni arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Yaşar'ın (2009) yaptığı çalışmada annelerin evlilik uyum düzeyleri ve evliliklerinden aldıkları doyuma göre çocukların annelerini kabul ve reddedici olma durumları arasında anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Evlilik uyumu ve alt boyutları ile eş kabul reddi ve alt boyutları olan sıcaklık/şefkat, ihmal/kayıtsızlık, düşmanlık/saldırganlık, ayrışmamış red değişkenleri arasındaki ilişki sonucunda negatif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Araştırmada elde edilen bir diğer bulguda evlilik uyumu ile erken dönem uyumsuz şemaları ve şema alanlarından kopukluk, zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar ile evlilik uyumu arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Evlilik uyumunda yüksek standartlar, diğeri yönelimlilik şema alanının evlilik uyumu ile anlamlı bir ilişki doğurmadığı tespit edilmiştir. Mahmoudi ve arkadaşlarının (2017) şema modelini açıkladığı çalışmasında evlilik doyumu ile erken dönem uyumsuz şemalar arasında ilişki bulunduğu ve şema temelli müdahalenin evlilikten alınan doyumu arttırdığı bulunmuştur.

Evlilik uyumundan anlaşma boyutu ile erken dönem uyumsuz şemalar, kopukluk şema alanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Burada anlaşma boyutu ile erken dönem uyumsuz şema alanlarından zedelenmiş sınırlar, zedelenmiş otonomi, diğeri yönelimlilik şema alanı arasında olmadığı ortaya çıkmıştır. Mohammadi ve Soleymani (2017) yaptıkları çalışmada da evlilik doyumunun şema alanları ile ilişkili olduğu sonucuna ulaşmışlardır.

Evlilik uyumundan ilişki tarzı boyutu ile erken dönem uyumsuz şemalar, kopukluk, diğeri yönelimlilik, zedelenmiş otonomi, zedelenmiş sınırlar, yüksek standartlar şema alanı arasında anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır.

Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından duygusal yoksunluk, karamsarlık, sosyal izolasyon/güvensizlik ile evlilik uyumu, anlaşma ve ilişki tarzı değişkenleri arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki ortaya çıkmıştır. Bu ilişki, evlilik uyumu ve ilişki tarzı değişkeni için zayıf şiddetinde; anlaşma değişkeninde ise çok zayıf şiddetindedir. Freeman (1984) evlilik kalitesi ve kişiler arası uyumda erken dönem uyumsuz şemalar ve yapılandırmacı düşünmeyi incelediği çalışmasında, erken dönem uyumsuz şemalar ile evlilik doyumu arasında negatif yönde bir ilişki olduğu sonucuna ulaşmıştır.

Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından başarısızlık, onay arayıcılık ve kusurluluk ile evlilik uyumu ve anlaşma değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ancak ilişki tarzı değişkeni ile çok zayıf şiddetli ve negatif yönde bir ilişki ortaya çıkmıştır. Soysal'ın (2017) 386 katılımcı üzerinde gerçekleştirdiği çalışma sonucunda anlaşma ve ilişki tarzı alt boyutları ile duygusal yoksunluk, karamsarlık, başarısızlık, sosyal izolasyon, iç içelik, duyguları bastırma, kendini feda, terk edilme, kusurluluk ve dayanıksızlık, hak görme/büyüklik şema boyutları arasında anlamlı olarak ilişkili tespit edilmiştir. Erken dönem uyumsuz şema alt boyutlarından cezalandırıcılık ve kendini feda etme ile evlilik uyumu, anlaşma ve ilişki tarzı değişkenleri arasında anlamlı bir ilişki olmadığı ortaya çıkmıştır. Soysal'ın (2017) çalışmasında onay arayıcılık şema boyutunun ilişki tarzı boyutuyla ilişki olduğu dile getirilmiştir.

5.1.3. Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları ile Ebeveyn Kabul Reddi ve Eş Kabul Reddi Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Yorumu

Araştırmadan elde edilen bulguda, erken dönem uyumsuzluk şemaları ile ebeveyn kabul reddi (baba) ve alt boyutlarından alınan puanlar arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Erken dönem uyumsuzluk şemaları ile ebeveyn kabul reddi (anne) ve alt boyutlarından sıcaklık/şefkat ve ayrışmamış reddetme arasında pozitif yönde bir ilişki; diğer alt boyutlarda ise anlamlı bir ilişki olmadığı tespit edilmiştir. Harris ve Curtin (2002) yaptığı çalışmada, ebeveyn değerlendirme ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı etkisi incelenmiştir. Araştırmada söz konusu ilişkide kusurluluk, yetersiz öz denetim, dayanıksızlık ve bağımlılık şemalarının aracı bir etkiye sahip olduğu kaydedilmiştir. Sarıtaş-Atalar ve Gençöz' ün (2015) yaptıkları çalışmada anne ret algısı ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki ortaya konmuştur. Bu çalışmada anne ret algısı ile ayrılma-reddedilme şema alanı ile orta düzeyde ilişki, zedelenmiş özerklik-öteki yönelimlilik şema alanı ile düşük ilişki olduğu ancak zedelenmiş sınırlar-abartılı standartlar ile ilişkisi ise anlamlı ilişki olmadığı sonucuna ulaşılmıştır. Thimm (2010) yaptığı çalışmada ise algılanan baba reddi ile şema alanlarının tümü arasında; algılanan anne reddi ile de şema alanlarından zedelenmiş sınırlar alanı hariç diğer şema alanlarıyla anlamlı bir ilişki olduğunu tespit etmiştir. Jones ve arkadaşları (2006) yaptıkları çalışmada ise babaların sergilediği duygusal sıcaklık ile duygusal yoksunluk, kusurluluk ve yüksek standartlar şemaları arasında düşük şiddette bir ilişki olduğu kaydedilmiştir.

Erken dönem uyumsuzluk şemaları ile eş kabul reddi ve alt boyutlarından alınan puanlar arasında pozitif yönde zayıf şiddetli bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Babuşcu (2014) yaptığı çalışmada, evli bireylerde ebeveyn kabul reddi, eş kabul reddi ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi ortaya koymuştur. Bu çalışmada algılanan eş reddinin kopukluk/reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi ve yüksek standartlar şema alanları ile ilişkisi olduğu tespit edilmiştir. Çalışmada son olarak erken dönem uyumsuz şema alanlarından kopukluk/reddilmişlik şema alanının çocuklukta anne ve baba ile ilgili algılanan red ile evlilikte eşten algılanan red arasında aracı bir rol oynadığı tespit edilmiştir. Erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili yapılan çalışmaların diğer çalışmalarla uyumlu olduğu görülmektedir (Harris

& Curtin, 2002; Cecero, Nelson & Gillie, 2004; Gök, 2012; Thimm, 2010'akt. Sarıtaş-Atalar & Gençöz, 2015).

5.1.4. Evli Bireylerin Ebeveyn Kabul Reddi ile Eş Kabul Reddi Arasında İlişki Olup Olmadığına Yönelik Bulguların Yorumu

Araştırmada ele alınan problemde eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (baba) ve alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin olup olmadığı test edilmiştir. Test sonucunda söz konusu değişkenler arasında pozitif yönde zayıf şiddetli bir ilişki olduğu ortaya çıkmıştır. Eş kabul reddi ile ebeveyn kabul reddi (anne) ve sıcaklık/şefkat alt boyutundan alınan puan arasında pozitif yönde bir ilişki olduğu ortaya çıkmış iken diğer alt boyutlarda herhangi bir ilişkiye rastlanmamıştır. Babuş'un (2014) yüksek lisans tezinde, evlilerin çocukluk dönemi ebeveyn reddi ile algılanan eş reddi arasında anlamlı bir ilişki olduğu tespit edilmiştir. Mamiyev'in (2005) Türkiye'deki Türkmenistanlı öğrenciler üzerinde gerçekleştirdiği çalışmasında algılanan ebeveyn reddi ile eş kabul reddi ve psikolojik uyum düzeyleri karşılaştırılmıştır. Araştırma sonucunda katılımcıların çocuklukta anne ve babalarının, yetişkinlikte ise eşlerinin kendilerini kabul oranlarının yüksek olduğu sonucu tespit edilmiştir. Çalışmada Türk öğrencileriyle yapılan karşılaştırma sonucunda Türkmen katılımcıların algıladıkları ebeveyn kabul-reddi ile eş kabul reddinin benzerlik taşıdığı ortaya çıkmıştır. Burada Türkmen ve Türk öğrencileri açısından ebeveyn algısının eş kabul-reddi ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Buna karşın Türk öğrencilerinin eş kabul-reddi ile anne kabul reddi arasında anlamlı bir ilişki olmadığı; baba kabul reddinde ise bir ilişki olduğu kaydedilmiştir.

5.1.5. Evli Bireylerin Evlilik Uyumları ile Cinsiyet, Yaş ve Çalışma Durumlarına Göre Karşılaştırmasına Yönelik Bulguların Yorumu

Katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların cinsiyete göre yapılan karşılaştırma sonucunda, 0,05 düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Hamamcı'nın (2005) çalışmasında da benzer şekilde cinsiyete göre evlilik uyumunun anlamlı düzeyde farklılaşmadığı tespit edilmiştir. Çakır'ın (2008) çalışmasında erkekler ve kadınlar arasında evlilik uyumunun farklılaştığı ve bu farklılıkta erkeklerin uyum düzeylerinin kadınlardan daha yüksek olduğu kaydedilmiştir.

Katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların yaşa göre yapılan karşılaştırma sonucunda, anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Bu sonuç, Güçlü Ergin'in (2008) yaptığı çalışma sonuçlarıyla benzerlik göstermektedir. Buna karşın, Demiray'ın (2006), evlilik uyumunun demografik özellikler ile ilişkisini incelediği çalışmada ise yaşa göre evlilik uyumunun farklılaştığı tespit edilmiştir. Çakır'ın (2008) çalışmasında da yaşa göre farklılık olduğu ve burada 26-35 yaş grubunun uyum düzeylerinin 36-50 yaş grubundakilerden daha yüksek olduğu dile getirilmiştir. Düzgün'ün (2009) demografik değişkenler ile depresyon puanlarının evlilik uyumunu yordayıp yordamadığına yönelik yaptığı regresyon analizi sonucunda, Yaş, evlilik süresi, evlenme yaşı, evliliğin geleceğini değerlendirme biçimi ve depresyon puanlarının evlilik uyumu ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Katılımcıların Evlilik Uyum Ölçeği Toplam puanları ile alt boyutlardan aldıkları puanların çalışma durumuna göre yapılan karşılaştırma sonucunda, 0,05 düzeyinde anlamlı bir farklılık olmadığı tespit edilmiştir. Benzer şekilde Çakır'ın (2008) yaptığı çalışmada çalışma durumuna göre evlilik uyumunun farklılaşmadığı tespit edilmiştir.

Öneriler

Bu çalışmanın bulguları doğrultusunda uygulayıcılara ve araştırmacılara aşağıdaki önerilerde bulunmaktadır:

Uygulayıcılara Öneriler

- Evlilik öncesinde, belediyeler ve halk eğitim merkezleri iş birliği içerisinde, Alanında Uzman psikologlar, psikolojik danışmanlar, aile ve çift danışmanları tarafından, evlenecek çiftlere “Evlilik Okulu” adı altında seminerler verilmesi, yaşanılacak olası sorunları önleyicilik açısından etkili olacağı düşünülmektedir. Bu eğitimlerin içeriğinde çocuk ve anne- baba arasındaki ilişkiler irdelenip kişilerin kendi çocukluk yıllarındaki uyumsuz şemalar konusunda farkındalığı artırılabilir. Erken dönem uyumsuz şemalar hakkında bilgisi olan bireylerin yaşadıkları olumsuz anıları farklı bir gözle ele alıp bu negatif anıların etkisini fark edip bunları en aza indirgeyebilir.
- Araştırmamızda elde edilen evlilik uyum puanının düşük olduğu göz önüne alındığında, evli bireylerin evlilik uyumlarının artırılmasına yönelik eğitim

programları düzenlenebilir. Çalışmadan elden edilen bulgularda göz önüne alındığında e; kabul red ölçeği ile evlilik uyumu arasında korelasyon tespit edilen sıcaklık/şefkat, ihmal/kayıtsızlık, düşmanlık/saldırganlık, ayrışmamış red alt ölçekleri bazında eğitimler düzenlenmesi ve kişilerin bu konulardaki farkındalığının arttırılması evlilik uyumlarındaki sorunların da kişi tarafından daha net bir şekilde ele alınmasına ve efektif çözümler üretmesine olanak sağlayabilir.

Araştırmacılara Öneriler

- Çalışmada evlilik uyumunu etkileyen değişkenler olarak “Ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaları” değişkenleri ele alınmıştır. Gelecekteki araştırmalarda evlilik uyumunu etkileyecek farklı değişkenler incelenebilir.
- Araştırmadan elde edilen verilerin genellenebilirliğinin sağlanması adına çok sayıda katılımcıya ulaşmak için farklı illerde çalışmalar yapılmalıdır.
- Araştırma bulgularında daha objektif sonuçlara ulaşılabilmek adına, kadın-erkek katılımcı sayısı birbirine yakın ve eşit olmasının daha uygun olacağı düşünülmektedir.
- Nitel araştırma yöntemleriyle evli bireylerin ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumu üzerindeki etkisine yönelik görüşleri incelenmelidir. Bu doğrultuda odak grup çalışmaları yapılabilir.

KAYNAKÇA

- Ahmadı, K., Ashrafi, S., Kımıace, S. A., & Afzalı, M. H. (2010). "Effect Of Family Problem Solving On Marital Satisfaction", *Journal Of Applied Sciences*, 10, (8), 682-687
- Almas, G. (2010). *Evlilikte Uyum ve İnanç Gelişimi Arasındaki İlişkiler*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Cumhuriyet Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Felsefe ve Din Bilimleri Anabilim Dalı. Sivas.
- Anayurt, Ayşegül. *Duygu Düzenleme ile Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Bilişsel Esneklik ve Ruminasyon Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi*. (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2017.
- Anlı, İrem Can, Yeşim. Evren, Cüneyt. Erkek. "Alkol Kullanım Bozukluğu Hastalarında Patolojik Narsisizmin Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Gelişimi Üzerindeki Etkisi". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar Dergisi*, 9(1): (2017), 63-74.
- Armağan, Ayşe Yalçın. *Farklı Cinsel Yönelimli Bireylerin Farklı Cinsel Yönelimli Bireylerin Algılanan Anne Baba Kabul Reddi ile Kimlik Duygusu kazanımları* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2019.
- Arı, Fikriye ve Deniz Engin. "Evliliklerinde Sorun Yaşayan Bireylerin Bağlanma Stilleri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları". *Uluslararası Eğitim Bilimleri Dergisi*, 2(5), (2015), 13-23.
- Arnoud, Arntz ve Genderen, Hannie. *Şema Terapi Sınır Kişilik Bozukluğu*, (8. Baskı). İstanbul: Psikonet, 2013.
- Arslan, Reyhan. *Algılanan Ebeveynlik Biçimleri, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Kişiler Arası Bağımlılık Eğilimi Arasındaki İlişkiler: Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Bir İnceleme* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2017.
- Arvas, Fatma Balcı ve Hökelekli, Hayati. "Dindarlık ile Evlilik Doyumu ve Evlilikte Sorun Çözme İlişkisi Üzerine Bir İnceleme". *Değerler Eğitimi Dergisi*, 15 (34), (2017), 129-160.

Aydın, Ayşe. *5-6 YAŞ Okul Öncesi Eğitimi Alan Çocukların Sosyal Duygusal Uyumunu, Anne-Babaların Evlilik Doyumu ve Aile Yılmazlığı Düzeyleri Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Pamukkale Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Pamukkale, 2018.

Aydın, Betül. "Benlik Kavramı ve Ben Şemaları". *M.Ü. Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, (8), (1996), 41-47.

Azizli, Melisa Evin. *Algılanan Ebeveyn Kabul-Red Düzeyi ile Kendini Belirleme Arasındaki İlişkide Özerklik Desteğinin Aracı Rolü*, Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2018.

Babuşcu, Begüm. *Evli Bireylerde Ebeveyn Kabul-Reddi ve Eş Kabul-Reddi Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2014.

Bacanlı, Hasan. Cihan, İlhan, Tahsin ve Cihan, Güngör. "İlişkisel Mizah Envanterinin Türkçeye Uyarlanması: Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması". *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4(37), (2012). 11-23.

Bıçakçılar, Ferhan. *Geçinmeye Niyetin Var mı? Evliliği İyileştirebilmek*, (1.Baskı). İstanbul: Goa, 2016

Bilen, Jale. *Anne-Baba Kabul-Reddinin Psikolojik Uyum Üzerindeki Etkisinin Kimlik Duygusu Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Adnan Menderes Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü. İzmir, 2013.

Bradbury, T. N., Fincham, F. D., & Beach, S. R. H. (2000). Research on the nature and determinants of marital satisfaction: A decade in review. *Journal of Marriage and the Family*, 62, 964-980.

Budayıcıoğlu, Gülseren. *Madalyonun İçi-Bir Psikiyatristin Not Defterinden*, (23. Baskı). İstanbul: Remzi, 2003.

----- (2011). *Hayata Dön*, (21. Basım) İstanbul: Remzi Kitabevi.

----- (2015). *Kral Kaybederse*, (23. Basım). İstanbul: Remzi Kitabevi.

----- (2017). *Günahın Üç Rengi*, (24. Basım). İstanbul: Remzi.

Bohannon, Paul. *The Sixstations Of Divorce*. N.Y: Doubleday, 1970.

- Celbiş, Osman & Gökdoğan, Mira. “Adli Tıp Kurumu'na 2000-2001 Yıllarında Akıl Hastalığı Açısından Muayene Edilmek Üzere Gönderilen ve Aleyhlerinde Akıl Hastalığı Varlığı İddiasıyla Boşanma Davası Açılan Olguların Değerlendirilmesi”. *Türkiye Klinikleri Adli Tıp Dergisi*, (2), (2005). 5-8.
- Clifton, Julie. Annette. *The Effects Of Parenting Style, Attachment And Early Maladaptive Schema On Adult Romantic Relationships* (Yayınlanmamış Doktora Tezi), Georgia State University, Atlanta, GA., 1995.
- Cüceloğlu, Doğan. *Evlenmeden Önce*, (6. Baskı). İstanbul:Remzi Kitabevi, 2017.
- Crawford, E., & Wright, M. O. (2007). Impact of childhood psychological maltreatment on interpersonal schemas and subsequent experiences of relationship aggression. *Journal of Emotional Abuse*, 7 (2), 93-116.
- Çağ, Pınar ve Yıldırım, İbrahim. “Evlilik Doyumunu Yordayan İlişkisel ve Kişisel Değişkenler”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 4 (39), (2013). 13-23.
- Çakır, Zehra ve Soygüt. Gonca. “Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir inceleme”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), (2009), 75-84.
- Çakır, Seda Yazar. *Evli Bireylerin Evlilik Uyumlarının Ana-Babalarına Bağlanma Düzeyleri ve Demografik Değişkenler Açısından İncelenmesi*. Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara, 2008
- Çelik, Eyüp ve Makas, Samet. “Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Sosyal Görünüş İncelenmesi Kaygısı Arasındaki İlişkilerinin İncelenmesi”. *Elektronik Sosyal Bilimler Dergisi*, 17(67), (2018). 926-937.
- Çıkıt, Burcu. *Evli Bireylerde Bağlanma Stilleri ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2017.
- Çolakoğlu, Elif Tuğçe. *Genç Yetişkinlerde Kendilik Algısı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Algılanan Ebeveynlik Stilleri ve Kişilerarası İlişkiler* (Yüksek Lisans Tezi) Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü. İstanbul, 2012.

- Dedeler, Meryem. Akün, Ebru ve Batıgün, Ayşegül, Durak. “Yetişkin Ebeveyn Kabul-Ret Ölçeği Kısa Form ’un Uyarılama Çalışması”. *Düşünen Adam Dergisi*, 30(3), (2017), 181-193.
- Demir, Yasin ve Durmuş, Emine. “Uzun Evlilikler: Bir Yastıkta Kırk Yıl”. *Ulusal Sosyal Araştırma Dergisi*, 12(28), (2015), 636-645.
- Demiray, Özlem. *Evlilikte Uyumun Demografik Özelliklere Göre İncelenmesi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Dicle Üniversitesi, Diyarbakır, 2006.
- Dilmaç, Polen, Güneş. *Ebeveyn Kişilik Özellikleri, Aile Tutumları Demografik Değişkenler ile Erişkinlik Bağlanma Modelleri, Depresyon Belirtileri ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Gelişim üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- Dumitrescu, Daciana ve Rusu Ali’na. “Relationship Between Maladaptive Schemas, Couple Satisfaction And Mate Value”. *Journal of Cognitive and Behavioral Psychotherapies*, 12(1), (2012). 63-76.
- Dumlupınar-Aslan Merve. *Bağlanma Stilleri ve Kişilik Özelliklerinin Evlilik Uyumunu Üzerindeki Etkilerinin Araştırılması* (Yüksek Lisans Tezi). Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi. İstanbul, 2016.
- Düzgün, Gökçen. *Evli Kişilerde Depresyon, İlişkiye İlişkin İnanç, Kendini Ayarlama Düzeyinin Evlilik Uyumunu İle İlişkisi*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara, 2009.
- Dominián, ve J.Cinsel. *Psikolojik ve Toplumsal Açından Boşanma*. Koza Yayınları, İstanbul,1974.
- Couderc, Pascal ve Morelli, Pascale. *İkili Duygusal İlişkilerde Duygusal Manipülasyon-Narsist Partnerle Yüzleşmek*, (8. Baskı). İstanbul: İletişim Yayınları, 2016.
- Elmas Ceren. *Evli Bireylerin Algıladıkları Sosyal Destek ve Kullandıkları Savunma Mekanizmalarının Evlilik Uyumunu İle İlişkisi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, İstanbul, 2017.
- Erbek Everim. “Kadına Yönelik Fiziksel ve Cinsel Şiddet; Üç Grup Evli Çiftle Karşılaştırmalı Bir Çalışma”. *Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi*,17(4), (2004). 196-204.

- Erberk, E., Eradamlar, N., Beştepe, E., Akar, H., Alpkan, L. (2004). Kadına yönelik fiziksel ve cinsel şiddet: üç grup evli çiftte karşılaştırmalı bir çalışma, *Düşünen Adam*, 17(4), 196-204.
- Erişti, Ali. *Bağlanma Stilleri, Kişilik Özellikleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişki (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi)*. Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2010.
- Eryavuz, Ayşe. *Çocuklukta Algılanan Ebeveyn Kabul veya Reddinin Yetişkinlik Dönemi Yakın İlişkileri Üzerindeki Etkileri (Yayımlanmamış Doktora Tezi)*. Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 2006
- Ertürk, İpek ve Kaynar, Gülşen. “Kişilik Bozukluklarında Şema Terapi Yaklaşımı”. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 6(12), (2017), 98-114.
- Eskin, Mehmet. “Evlilik Terapisi İçin Başvuran Çiftlerin Evlilik Doyumu ve Evlilik Terapisiyle Hakkındaki Görüşleriyle İlişkili Etmenler”. *Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi Klinik Psikiyatri Dergisi*, (15), (2012), 226-237.
- Farrel, Joen, Reiss, Neele ve Shaw, Ida. *Şema Terapi, Klinisyenin Rehberi*, (3. Baskı). İstanbul: Psikonet, 2015.
- Faulkner, Rhonda. Davey, Maureen ve Davey, Adam. “Gender-Related Predictors Of Change İn Marital Satisfaction And Marital Confl İct”. *The American Journal of Family Therapy*, 33. (2005), 61-83
- Fışıloğlu, Hürol. “Lisansüstü Öğrencilerinin Evlilik Uyumu”. *Psikoloji Dergisi*, 1992, 7 (28), 16- 23.
- Freeman, Nahanni. *Constructive thinking and early maladaptive schemas as predictors of interpersonal adjustment and marital satisfaction (Yayımlanmamış Doktora Tezi)*. Biola University, 1998
- Frued, Anna. *Çocuklukta Normallik ve Patoloji*, (14.Baskı). İstanbul: Metis, 1965.
- Gottman, Jonh ve Silver, Nan. *Evliliği Sürdürmenin Yedi İlkesi*, (11. Baskı) İstanbul: Varlık. 1999.
- . *Aşk Nasıl Sürdürülür: Aşk Laboratuvarından Sırlar*, (2.Baskı) İstanbul:Varlık, 2012

- Greenberg, Leslie ve Johnson, Susan. *Duygu Odaklı Çift Terapisi*, (1. Baskı). Ankara: Ck, 2012.
- Güçlü Ergin, Nazire. *Evlili ve Boşanmış Kişilerin Evlilik Uyumu ve Cinsiyetçilik Açısından Karşılaştırılması*. (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara, 2008.
- Gül. Gülşah. *Evlilik Biçimleri Açısından Evlilik Uyumu, İlişkilerde Yükleme Tarzları ve Psikolojik Dayanıklılık Değişkenlerinin İncelenmesi* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Beykent Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2016.
- Gültekin, Zuhâl. *Üniversite Öğrencilerinin Algılanan Anne Baba Reddiyle Baş Etmeleri ile Denetim Odağı Öğrenilmiş Güçlülük ve Eş Kabul Reddiyle İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Dokuz Eylül Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2011.
- Güner, Kargın Zeynep. *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, İlişkilerdeki Bilişsel Süreçler, Yüklemeler, Evlilikte Sorunlarla Başa Çıkma Yollarının Evlilik Uyumu ile İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2014.
- Güven, Gülçin. "Okul Öncesi Dönemde Çocuğu Olan Annelerin Kabul-Red Düzeyleri ile Sosyal Davranış Denetimleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi". *Akademik Sosyal Araştırmalar Dergisi*, 3(14): (2014), 456-471.
- Hamamcı, Zeynep. "Dysfunctional Relationship Beliefs in Marital Satisfaction and Adjustment". *Social Behavior and Personality*, 33(4), (2005), 313-328.
- Harris Ashley ve Curtin Lisa. "Parental Perceptions, Early Maladaptive Schemas And Depressive Symptoms İn Young Adults". *Cognit Ther and Res*, 26: (2002), 405-16
- Hawkins, D. N. & Booth, A. (2005). Unhappily ever after: Effects of long-term, low-82 quality marriages on well-being. *Social Forces*, 84(1), 447-465
- Hatun, Osman. Ebeveyni Boşanmış Ergenlerin Aile İşlevlerinin İncelenmesi. Conference:II. *Türkiye Lisansüstü Çalışmalar Kongresi*. Bursa, 2013.
- Hekimoğlu, Fatma, Mahperi ve Uluç, Sait. "Bağlanma Örüntüleri ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkide Eşe Yönelik Kişilerarası Şemaların Aracı Yolu". *Akdeniz İnsani Bilimleri Dergisi*. 4(1), (2019), 1-21.

- Holmbeck, Grayson. "Post-Hoc probing of significant moderational and meditational effects in studies of pediatric population". *J Pediatr Psychol*, 27, (2002). 87-96.
- Sayın, Aslıhan. Coşar, Behçet ve Özbaş, Azize. "Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Öncesi Anksiyete Düzeyi ile Erken Dönem Uyumsuz Şema İlişkilerinin İncelenmesi". *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*. 1, (2012), 81:89
- İlericiler, Nihan, Karpuz. *Evlilik Uyumunu Açıklamada Yakın İlişkilerde Bağlanma, Erken Dönem Uyum Bozucu Şemalar ve Psikolojik Travmanın Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015.
- İyiyaydın, Ayşegül. *Eş Kabul-Ret/Kontrol, Psikolojik Uyum ve Evlilik Uyumu Arasındaki İlişkiler*. (Yüksek Lisans). Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Ankara, 2018.
- Jones, Ceri. Leung, Newman. Ve Harris, Gillian. "Father-Daughter Relationship And Eating Psychopathology: The Mediating Role Of Core Beliefs". *British Journal of Clinical Psychology*, 45, (2006), 319-330.
- Kalaycı. Şeref. *SPSS Uygulamalı Çok Değişkenli İstatistik Teknikleri*. Ankara: Asil Yayın Dağıtım, 2005.
- Kantarıcı, Didar. *Bireylerin Bağlanma Stillerine Göre Adatma Eğilimleri ve Çatışma Yönetim Biçimlerinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). İstanbul üniversitesi, Sosyal bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2009.
- Karpat, Volkan. *Eşi Alkol Bağımlısı Olan ve Olmayan Kadınların Anne Baba Kabul Reddi Psikolojik Uyum Eş Kabul Reddi ve Eşler Arası Çatışma Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2010.
- Kevlekçi, Merve. *Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Tutumlar ve Hatalı Otomatik Düşüncelerin Depresif Duygu Durum ve İntihar Düşüncelerine Etkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul. İstanbul, 2013.
- Khaleque, Abdul. *Parental-Acceptance-Rejection, Psychological Adjustment And Intimate Adult Relationships* (Doktora Tezi), Connecticut Üniversitesi, Connecticut, 2001.

- Khaleque, Abdul ve Rohner, Ronald. "Perceived Parental Acceptance-Rejection and Psychological Adjustment: A Meta-Analysis of Cross Cultural and Intracultural Studies". *Journal of Marriage and the Family*, 64: (2002), 54-64.
- Khaleque, Abdul ve Rohner, Ronald. "Transnational relations between perceived parental acceptance and personality dispositions of children and adults: A meta-analytic review". *Personality and Social Psychology Review*, 16, (2011), 103-115.
- Khaleque, Abdul ve Rohner, Ronald. "Pancultural associations between perceived parental acceptance and psychological adjustment of children and adults: A meta-analytic review of worldwide research". *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 43, (2012), 784-800.
- Parmar, P., Ibrahim, M., Shirin & Rohner, R. P. (2008). Relations among perceived spouse acceptance, remembered parental acceptance in childhood, and psychological adjustment among married adults in Kuwait. *Cross-Cultural Research*, 42(1), 67-76. doi: 10.1177/1069397107309767
- Kırkıoğlu, Betül. "Depresyon ve Kaygı Belirtilerinin Kişilerarası Tarzı ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar". *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi*, 8(3), (2018). 147-154.
- Kim, Hae. "Statistical Notes For Clinical Researchers: Assessing Normal Distribution (2) Using Skewness And Kurtosis". *Restorative Dentistry & Endodontics*, 38(1), (2013), 52-54.
- Körük, Serdar ve Özabacı, Nilüfer. "Şema Terapinin Depresif Bozuklukların Tedavisindeki Etkililiği: Bir Meta-Analiz". *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*.10(4), (2018), 470-480.
- Kubat, Damla, Elif. *Evlü Bireylerde Aldatma Eğilimi ve Evlilik Doyumu İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2012.
- Mahmoudi, Fatemeh. Mahmoudi, Abdolreza & Nooripour, Roghieh. "Investigation The Relationship Between Early Maladaptive Schemas And Safe Communications İn Married Students". *Journal Of Research & Health*, 7(3), (2017), 779- 787.

- Mamiyev, Hemra. *Türkiye’de Üniversite Eğitimi Almakta Olan Türkmenistanlı Erkek Öğrencilerinin Ebeveyn ve Eş Kabul-Reddi ve Psikolojik Uyum Açısından İncelenmesi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 2005.
- Markman, H. (1991’a). Constructive marital conflict is not an oxymoron. *Behavioral Assessment*, 13, 83-96. Markman, H. J. (1991b). Backwards into the future of couples therapy and couples therapy research: A comment on Jacobson. *Journal of Family Psychology*, 4(4), 416-425.
- Mohammadı, Bahareh ve Soleymanı, Aliakbar. Early maladaptive schemas and marital satisfaction as predictors of marital commitment. *International Journal of Behavioral Sciences*, 11.(1), 2017, 16-22.
- Nia, Khajoue Maryam. Ghiasi, Mahnaz. Reza, Gholam. & Forooshani, Sarami. “Study early maladaptive schemas as predictors of marital dissatisfaction in India and Iran- Role of conditional schemas as a mediator and moderator”. *Journal of Applied Environmental and Biological Sciences*, 5(11), (2015), 590-597.
- Nichols, Michael. *Aile Terapisi Kavramlar ve Yöntemler*, (1. Baskı). İstanbul: Kaknüs, 2013.
- Niven, David. *Mutlu Ailelerin 100 Sırrı*, (1. Baskı). İstanbul: Altın Kitap, 2005.
- Oktay, Ayla. *Yaşamın Sihirli Yılları: Okul Öncesi Dönem*, (3. Baskı) Epsilon Yayınları, İstanbul, 2002.
- Oral, Arazu. Binici, Semra. Büyükçelik, Dilek. “Kriz Olgularında Aile İçinde Yaşanan Şiddet”. *Kriz Dergisi*, 5(2): (1997), 115-121.
- Orhan, Ali. *Geçinmeye Gönlin Var Mı? Evlenmeden Önce-Boşanmadan Önce*, (2. Baskı) Ankara: Vizyon, 2015.
- . *Evliliğin İlk 50 Yılı Zordur*, (2. Basım). Ankara: Vizyon, 2015.
- . *Vedasızlık* (Veda Edemediklerimizin Esiri Oluruz). 2. Basım Ankara: Dorlion, 2017.
- . *Yaşamın Mola Tesisleri*. 1. Basım Ankara: La, 2018

- Öngider, Nilgün. *Evli ve Boşanmış Ailelerde Algılanan Ebeveyn Kabul Reddinin Çocuğun Psikolojik Uyumunu Üzerindeki Etkileri* (Yayınlanmamış Doktora Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Psikoloji Anabilim Dalı, İzmir, 2006.
- Örün, Işın, Akkuş. *Alkol Bağımlısı Olan ve Olmayan Kişilerin Çocuklarının Anne Baba Kabul Reddi Psikolojik Uyum ve Çocukluk Dönemi Kararları Açısından İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İzmir, 2010.
- Özaydınlık, Şeyma. *Evli Çiftlerin Evlilik Uyumunu ile Kişilik Özellikleri ve Romantik İlişkilerindeki Sosyal İlginin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul, 2014.
- Özbaş, Azize, Atlı. Sayın, Coşar. “Üniversite Sınavına Hazırlanan Öğrencilerde Sınav Öncesi Anksiyete Düzeyi ile Erken Dönem Uyumsuz Şema İlişkilerinin İncelenmesi”. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırma Dergisi*, (1), (2012), 81-89.
- Özgüven, İbrahim, Ethem. *Evlilik ve Aile Terapisi*, (1.Baskı). Ankara: PDREM Yayınları, 2000.
- . “Psikiyatrik Kriz Vakalarında Hatalı Otomatik Düşünceler ve Fonksiyonel Olmayan Tutumların Sıklığı”. *Kriz Dergisi* 7 (2): (2001). 9-16.
- Özkan, Zülfükar. *Ayrılamazsınız -Ailede Huzurlu Yaşama Önerileri*, (1. Baskı). İstanbul: Hayat. Yayınları, 2015.
- Özüğür, K. *Evlilik Raporu -Evlilik Aile Yaşam Birlikteliği*, (5. Baskı). İstanbul: Altın Kitap. P C., 2013.
- Özyavru, Coşkun, Neşe. *İlköğretim ve Lise Öğrencilerinin Ağabey veya Ablalarıyla İlişkide Algıladıkları Kabul-Reddin Anne-Baba Kabul-Reddi, Psikolojik Uyum ve Aile-İçerisi Çatışma ve Eş Kabul-Reddi ile İlişkisi* (Yüksek Lisans Tezi). Maltepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2008
- Parmar, Parminder & Rohner Ronald. “Relations Among Perceived Intimate Partner Acceptance, Perceived Parental Acceptance, and Psychological Adjustment Among Young Adults in India”. *Ethos*, 33(3): (2005), 402-413.
- Pektaş, Esra. *Üniversite Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul- Reddi ile Depresyon ve Sürekli Kaygı Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi: Duygu Düzenleme*

- Güçlüklerinin Aracı Rolü.* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2015.
- Roediger, Eckhard. Behary, Wendy ve Zarborck, Gerhard. *Demek ki Oluyormuş Şema Terapi ile Eşler Arası Anlaşmazlıkları Anlamak ve Çözmek*, (4.Baskı). İstanbul: Psikonet, 2016.
- Rohner, Ronald. *The Warmth Dimension: Foundations of Parental Acceptance Rejection Theory*. Sage Publications, Inc, Newbury Park, CA. Rohner, R. P., 1986.
- Rohner, Ronald. *The Warmth Dimension: The Foundations Of Parental Acceptance-Rejection Theory*. Storrs, Connecticut: Rohner Research Publications, 2000.
- Rohner, Ronald. *Reliability and Validity of the Intimate Partner Acceptance-Rejection Questionnaire*. Manuscript in Preparation, Rohner Center for the Study of Parental Acceptance and Rejection, School of Family Studies, University of Connecticut, 2001.
- Rohner, Ronald. "The Parental "Acceptance-Rejection Syndrome": Universal Correlates of Perceived Rejection" *American Psychologist*, 59 (8), (2004), 830- 840.
- Rohner, Ronald ve Britner, Preston. "Worldwide Mental Health Correlates Of Parental Acceptance-Rejection: Review Of Cross-Cultural And Intracultural Evidence". *Cross-Cultural Research*, 36, (2002), 16-47.
- Rohner, Ronlad ve Khaleque, Abdol ve Cournoyer, David. "Parental Acceptance-Rejection: Theory, Methods, Crosscultural Evidence, And İmplications". *Ethos*, 33, (2005), 299-334.
- Rohner, Ronlad. Melendez, Tatiana ve Kraimer-Rickaby, Lisa. "Intimate partner acceptance, parental acceptance in childhood, and psychological adjustment among American adults in ongoing attachment relationships". *Crosscultural Research*, 42, (2008), 13-22.
- Rohner, Ronlad. *The Warmth Dimension: Foundations Of Parental Acceptance Rejection Theory*. Newbury Park, CA: Sage Publications, Inc, 1986.
- Rohner, Ronlad. "Reliability and Validity of the Intimate Partner Acceptance- Rejection Questionnaire", Manuscript in Preparation, Rohner Center for the Study of Parental Acceptance and Rejection, School of Family Studies, University of Connecticut, 2001.

- Rohner, Ronlad. & Eryüksel, Gül. “(Intimate Partner Acceptance, Parental Acceptance in Childhood, and Psychological Adjustment Among Turkish Adults in Ongoing Attachment Relationships”. *Cross-Cultural Research*. 42(1), (2008), 46-56
- Sağlam, Elif. *Evlilik Uyumunu Etkileyen Faktörler: Bağlanma Stilleri ve Aleksitimik Özellikler* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2016.
- Sarıdoğan, Mehmet ve Karahan, Fikret. “Evlü Bireylere Yönelik Bir İnsan İlişkileri Beceri Eğitimi Programı'nın Evli Bireylerin Evlilik Uyum Düzeylerine Etkisi”. *Ankara Üniversitesi Eğitim Bilimleri Fakültesi Dergisi*, 38 (2), (2005). 89-102.
- Sarıtaş-Atalar, Dilek, Gençöz. “Anne Ret Algısı ile Psikolojik Sorunlar Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü”. *Türk Psikiyatri Dergisi*,26(1), (2015), 7-40.
- Soygüt, Gonca ve Çakır, Zehra. “Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme”. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), (2009), 75-84.
- . “Ebeveynlik Biçimleri ile Psikolojik Belir ler Arasındaki İlişkilerde Kişilerarası Şemaların Aracı Rolü: Şema Odaklı Bir Bakış”. *Türk Psikiyatri Dergisi*; 20(2), (2008), 144-152
- Soysal, Esra. *Evlü Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmaları ve Yüklemelerin Evlilik Uyumunu Yordaması* (Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, 2017.
- Şahin, Cansu. *20-40 Yaş Arası Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve İlişki İstikrarı Arasındaki İlişkilerin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Haliç Üniversitesi,Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2015.
- Şencan, Buse. *Bağlanma Örüntüleri ve Psikolojik İyilik Hali Arasındaki İlişkilerde Duygusal Şemalar, Duygusal Zorlanmaya Tolerans ve Kişilerarası Beklentilerin Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Üniversitesi, Ankara, 2015.
- Şendil, Gül. Ve Korkut, Yeşim. “Evlü Çiftlerdeki Çift Uyum ve Evlilik Çatışmasının Demografik Özellikler Açısından İncelenmesi”. *Psikoloji Çalışmaları Dergi Park*, (28), (2008), 15-34.
- Tarhan, Nevzat. *Evlilik Psikolojisi*, (11. Basım). İstanbul. Timaş, 2006.

- . *İnanç Psikolojisi ve Bilim*, (4. Basım İstanbul). Timaş, 2009.
- . *Değerler Psikolojisi ve İnsan*, (4. Basım İstanbul). Timaş, 2011.
- . *Hız.Mevlana İle Aile Terapisi*, (1. Basım). İstanbul: Timaş, 2019
- . Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal Of Behavior Therapy And Experimental Psychiatry*, 41, (2010), 52-59.
- Tortamış, Melisa. *Evli Bireylerde Romantik Kıskançlık Düzeyi ve Aldatma Eğiliminin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde Değerlendirilmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2014.
- Tökel, Merve, Nur. *İkizlerde Algılanan Ebeveynlik Biçimlerinin Erken Dönem Uyumsuz Şema Yapılanmasında ve Felaketleştirilen Bilişler Üzerindeki Etkisinin İncelenmesi*, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, İstanbul, 2019.
- Tulum, Sedef. *Yeni Evli Bireylerde Bağlanma Boyutlarının Evlilik Uyumu Üzerindeki Etkisi: Çatışma Çözüm Stillerinin Aracı Rolü* (Yüksek Lisans Tezi). Orta Doğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2014.
- Uçan, Özge. “Boşanma Sürecinde Kriz Merkezine Başvuran Kadınların Retrospektif Olarak Değerlendirilmesi”. *Klinik Psikiyatri Dergisi*, 10(1), (2007), 38-45.
- Uluyol, Fatma, Mahperi. *Bağlanma Örüntüleri, Eşe Yönelik Kişilerarası Şemalar ve Evlilik Sorunlarıyla Başa Çıkabilme Düzeyleri Arasındaki İlişkiler* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2014.
- Üzümcü, Elif. *Büyükleme ve Kırılgan Narsistik Kişilik Özellikleri ile İlişkili Faktörlerin Şema Terapi Modeli Çerçevesinde İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara, 2016.
- Varan, Azmi. “Relation Between Perceived Parental Acceptance and Intimate Partner Acceptance in Turkey: Does History Repeat Itself?”, *Ethos*, 33 (3), (2003), 414-426.
- . *EKAR Kuramı Değerlendirme Araçlarının Türkiye Güvenirlik ve Geçerlik Çalışması* (Yayımlanmamış Çalışma). Ege Üniversitesi, Psikiyatri Anabilim Dalı, İzmir, 2003.

----- . “Relation Between Parental Acceptance and Intimate Partner Acceptance in Turkey: Does History Repeat Itself?” *Ethos*, 33(3): 414-426.

Waite, L. J. & Gallagher, M. (2000). *The Case for Marriage: Why Married People are Happier, Healthier, and Better off Financially*. New York, NY: Doubleday.

Webb, Jonice. *Çocuklukta İhmalin İzi: Boşluk Hissi*, (5. Baskı). İstanbul: Sola Unitas, 2014.

Wolf, R. (1996). *Marriages and Families in a Diverse Society*, Harper Collins College Publishers, New York.

----- . *Çocuklukta İhmalin İzi: Çözümler*, (3. Baskı). İstanbul: Sola Unitas., 2019.

Yabancı, Serhat. *Unutmak Mı Affetmek Mi?* (6. Baskı). İstanbul: Avrupa Yakası, 2014.

----- . *Bütün Aşklar Tatlı Başlar-Sağlıklı İlişki ve Evliliğin Dinamikleri*, (5. Baskı). İstanbul: Mona, 2016.

----- . *Evlenmeden-Boşanmadan Önce İyi Düşün*, (1. Baskı). İstanbul. Mona, 2017.

----- . *Bensiz Biz Olmaz 50 Soruda Flört ve Evlilik*, (6. Baskı). İstanbul: Alfa, 2019.

Yaka, Ali, İhsan. *Bağlanma, Erken Döneme Yönelik Şemalar, Öz-Yönetim ve Psikolojik Belirtiler* (Yüksek Lisans Tezi). Ankara Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Ankara, 2011.

Yalçın, Hatice. “Evlilik Uyumu ile Sosyodemografik Özellikler Arasındaki İlişki”. *Eğitim ve Öğretim Araştırmaları Dergisi*, 3(1), (2014), 250-261.

Yaşar, Fatoş. *İlköğretime Devam Eden Çocukların Anne Çocuk İlişisini Kabul ve Reddedici Algılama Düzeyinin Annenin Evlilik Doyumu ve Evlilik Uyumu Düzeyiyle İlişkisi* (Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi). Çukurova Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Adana, 2009.

Yavuz, Selcan. *Lise Öğrencilerinin Algıladıkları Ebeveyn Kabul-Reddi ile Akademik Başarıları Arasındaki İlişkinin İncelenmesi* (Yüksek Lisans Tezi). Ege Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İzmir, 2017.

Yavuzer, Haluk. *Child Psychology*. İstanbul: Remzi Kitapevi, 1997.

- . *Anne Baba Çocuk*, (10. Baskı). İstanbul: Remzi Kitabevi, 2007
- Yıldırım, İbrahim. “Farklı Sosyo-Ekonomik Düzeydeki Evli Bireylerin Uyum Düzeyleri”. *Türk Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 1 (4), (1993), 23-28.
- Yıldız, Özge, Zela. *Evlilik Doyumunun Öncülleri ve Sonuçları: (Yüksek Lisans Tezi)*. Işık Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul, 2018.
- Soysal, Esra. *Evli Bireylerin Erken Dönem Uyumsuz Şemaları, İlişkilerde Bilişsel Çarpıtmaları ve Yüklemelerinin Evlilik Uyumunu Yordaması (Yayınlanmamış yüksek lisans tezi)*. Necmettin Erbakan Üniversitesi, Konya, Türkiye, 2017.
- Yaman Akpınar, Tayyibe. *Bağlanma Stilleri ve Affetme Düzeyinin Evlilik Uyumuna Etkisi*, Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi, Konya, 2019
- Young Jeffrey, Klosko, Janet ve Weishaar Marjorie. *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York. The Guilford Press, 2003.
- Young, Jeffrey. Bernstein, David. Ve Rafaeli, Eshkol. *Şema Terapi Ayırıcı Özellikler*, (8.Baskı). İstanbul: Psikonet, 2019.
- Yoosefi, N., Etemadi, O., Bahrami, F. Fatehizade, M.A.S., & Ahmadi, S.A. (2010). An investigation on early maladaptive schemas in marital relationship as predictors of divorce. *Journal of Divorce & Remarriage*, 51 (5), 269-292
- Yüksel, Müge ve Koca, Dilek. “Bir Aile Eğitim Programının Evli Annelerin Evlilik Doyumu, Evlilikte Sorun Çözme Becerisi ve Psikolojik İyi Oluşuna Etkisi”. *Journal Of Field Education Ljfe*, 3(19), (2017), 1-19.

EKLER

Saygıdeğer Katılımcı,

Bu araştırmada, evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumuna olan etkisinin incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma kapsamında toplanacak veriler Sabahattin Zaim Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Anabilim Dalı Yüksek Lisans Programı'nda yürütölmekte olan bir tez çalışması için kullanılacaktır. I.Bölüm 10 soruluk "Kişisel Bilgi Formu" ndan, 2.Bölüm Tutarel ve Kışlak (1999) tarafından Türkçeye uyarlanan 15 soruluk "Evlilik Uyum Ölçeği" nden 3.Bölümde Young (1990) tarafından geliştirilen Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından Türkçe 'ye uyarlanan 90 maddelik "Şema Ölçeği Kısa Form-3", dan, 4. Bölüm Rohner (1975) tarafından geliştirilen 24 soruluk (EKAR) "Ebeveyn Kabul Ret Ölçeği"nden, 5. Bölümde Rohner (2001) tarafından geliştirilen 60 soruluk Eş Kabul Ret ölçeğinden oluşmaktadır. Ölçeğin cevaplanma süresi ortalama 15 dakikadır Araştırma sırasında sizden alınan bilgiler, diğer cevaplayıcıların bilgileriyle birleştirilecek olup; toplanan veriler yalnızca bilimsel amaçlı kullanılacaktır. Ankette bulunan sorulara vereceğiniz yanıtların doğruluğu, araştırmanın niteliği açısından oldukça önemlidir.

İşbirliğinizin ve katkınızın çok değerli olduğunu belirtir, desteğiniz için teşekkür ederiz.

Saygılarımla.

Zehra LÖKÇE

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi

Sosyal Bilimler Enstitüsü

Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık

Anabilim Dalı Yüksek Lisans Öğrencisi.

KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Cinsiyetiniz	<input type="checkbox"/> Kadın	<input type="checkbox"/> Erkek	
Çalışıyor	<input type="checkbox"/> Evet	<input type="checkbox"/> Hayır	
Mesleğiniz	<input type="checkbox"/> Kamu	<input type="checkbox"/> Hizmet	
Yaşınız	<input type="checkbox"/> 21-30 yaş arası	<input type="checkbox"/> 31-40 yaş arası	<input type="checkbox"/> 41-50 yaş arası
	<input type="checkbox"/> 50 yaş ve üzeri		
Eğitim Düzeyiniz	İlkokul(<input type="checkbox"/>) Ortaokul (<input type="checkbox"/>) Lise (<input type="checkbox"/>)	<input type="checkbox"/> Lisans <input type="checkbox"/> Ön Lisans	<input type="checkbox"/> Lisansüstü <input type="checkbox"/> Doktora
Kaç yıllık evlisiniz	<input type="checkbox"/> 0-2 yıl arası	<input type="checkbox"/> 3-5yıl arası	<input type="checkbox"/> 6-10yıl arası
	<input type="checkbox"/> 11-15 yıl arası	<input type="checkbox"/> 16-20 yıl arası	<input type="checkbox"/> 20 yıl ve üzeri
Nasıl evlendiniz?	Görücü usulü()	Tanışarak ()	
Eşinizle Aranızda Kaç Yaş Var?	<input type="checkbox"/> Yaş Farkı Yok <input type="checkbox"/> 1-3	<input type="checkbox"/> 4-6 <input type="checkbox"/> 7-10	<input type="checkbox"/> 10 Üzeri
Çocuğunuz var mı?	Evet	Hayır	
Aylık geliriniz Hangi Alanda Çalışıyorsunuz?	<input type="checkbox"/> 1500-3000 <input type="checkbox"/> 3000 -5000 <input type="checkbox"/> 5000 ve üzeri <input type="checkbox"/> Kamu <input type="checkbox"/> Özel		

6. Toplumsal kurallara uyma (doğru, iyi veya uygun davranış)						
7. Yaşam felsefesi						
8. Eşin akrabaları ile anlaşma						

9. Eşin akrabalarıyla anlaşma () () () () () ()

Lütfen evliliğinizi en iyi ifade ettiğine inandığımız 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

ŞEMA ÖLÇEĞİ

Yönerge: Aşağıda, kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar iyi tanımladığına karar verin. Emin olmadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin **duygusal olarak** ne 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 tarafından biraz fazla
- 4- Benim için orta derecede doğru
- 5- Benim için çoğunlukla doğru
- 6- Beni mükemmel şekilde tanımlıyor

	Benim için tamamıyla yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	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.						

	Benim için tamamıyla yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafı olmayan tarafından biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	Beni mükemmel şekilde tanımlıyor
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.						
	Benim için tamamiyle yanlış	Benim için büyük ölçüde yanlış	Bana uyan tarafı olmayan tarafından biraz fazla	Benim için orta derecede doğru	Benim için çoğunlukla doğru	Beni mükemmel şekilde tanımlıyor
20. Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.						
21. İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.						
22. Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.						

23. Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.						
24. İşleri halletmede son derece yetersizim.						
25. Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.						
26. Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.						
27. Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.						
28. Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissediyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.						
29. Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.						
30. Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.						
31. En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.						
32. Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul						

etmek zorunda değilim.						
33. Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılmıya düşer ve vazgeçerim.						
34. Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.						

35. İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.						
36. Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.						
37. Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.						
38. Yakınlarımla beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım						
39. Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.						
40. Bir yere ait değilim, yalnızım.						
41. Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.						
42. İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.						
43. Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.						

44. Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.						
45. Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız						
46. İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.						
47. Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.						
49. Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.						
50. İstedigimi 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 sevilebilecek biri gibi hissetmiyorum.						
60. İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.						
61. Gündelik işler için benim kararlarım güvenilemez.						
62. Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.						
63. Çoğunlukla annem ve babamın benimle						

İç içe yaşadığımı 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 çalışsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve						

neredeys e her şeyimi kaybedeceğimde n endiş e ederim						
72. Neden yanlış yaptığımı n 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 hiss ederim						
77. Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum						
78. İş (okul) hayatımda diğ er insanlar kadar zeki değ ilim.						
79. Ortaya çıkan gündelik sorunları çöze bilme 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 katkılarında daha önemli olduğunu hissediyorum.						
88. Bir dolu övgü ve iltifat						

almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.						
89. Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.						
90. Ben cezalandırılmayı hakeden kötü bir insanım.						

EŞ KABUL-RED ÖLÇEĞİ

Aşağıda, yetişkin kişilerin, yakın bir ilişki içerisindeki davranışlarıyla ilgili bazı cümleler var. Her cümleyi dikkatlice okuyun ve okuduğunuz cümlenin eşinizin size karşı davranışlarını ne kadar iyi anlattığını düşünün. Testi, cümleler üzerinde fazla oyalanmadan, size ilk doğru gelen cevapları işaretleyerek doldurun. Cevaplarınızı eşinizden beklediğiniz davranışlara göre değil, bu kişinin size gerçekte gösterdiği davranışlara göre verin ve cümleleri aşağıdaki derecelendirmeye göre puanlandırın:

1 - Hiçbir zaman doğru değil

2 - Nadiren doğru 3 - Bazen doğru

4 - Hemen hemen her zaman doğru EŞİM...

	Hiçbir zaman doğru değil	Nadiren doğru	Bazen doğru	Hemen hemen her zaman doğru
1. Benim hakkımda güzel şeyler söyler.				
2. Bana söylenir veya beni azarlar				
3. Sanki ben hiç yokmuşum gibi davranır.				
4. Beni gerçekten sevmez.				
5. Benimle planlarımız hakkında konuşur ve benim fikirlerimi de dinler.				
6. Beni başkalarına şikâyet eder.				
7. Benimle yakından ilgilenir.				

8. Arkadaşlarımı çağırمام için beni cesaretlendirir ve onların güzel vakit geçirmesi için elinden geleni yapar.				
9. Benimle alay eder ve beni küçümser.				
10. Onu rahatsız etmediğim sürece benimle ilgilenmezdi.				
11. Kızdığı zaman bana bağırır				
12. Benim için önemli olan şeyleri ona anlatabilmemi kolaylaştırır.				
13. Bana karşı sert davranır.				
14. Onun etrafında olmamdan hoşlanır.				
15. Bir şeyi iyi yaptığımda, kendimle gurur duymamı sağlar.				
16. Bana vurur.				
17. Benim için yapması gereken şeyleri unuttur.				
18. Beni büyük bir bela olarak görür.				
19. Beni başkalarına över				

20. Kızdığı zaman bana çok kötü davranır.				
21. Yiyecek konusunda, benim isteklerimi de dikkate alır.				
22. Benimle sıcak ve sevgi dolu bir şekilde konuşur				
23. Bana hemen kızar.				
24. Sorularımı cevaplayamayacak kadar meşguldür				
25. Benden hoşlanmıyor gibi.				
26. Hak ettiğim zaman bana güzel şeyler söyler.				
27. Çabuk parlar ve öfkesini benden çıkarır.				
28. Arkadaşlarımın kim olduğunu bilmek ister.				
29. Yaptığım şeylerle gerçekten ilgilenir.				
30. Bana bir sürü kırıcı şey söyler.				
31. Ondan yardım istediğimde benimle ilgilenmez.				

32. Başım derde girdiğinde, hatanın bende olduğunu düşünür.				
33. Bana istenilen ve ihtiyaç duyulan biri olduğumu hissettirir.				
34. Onun sinirine dokunduğumu söyler.				
35. Bana çok ilgi gösterir.				
36. Bir şeyi iyi yaptığımda, benimle ne kadar gurur duyduğunu söyler.				
37. Beni kırmak için elinden geleni yapar				
38. Hatırlaması gerekir diye düşündüğüm önemli şeyleri unuttur.				
39. Bana kendimi artık sevilmiyormuşum gibi hissettirir.				
40. Bana yaptığım şeylerin önemli olduğunu hissettirir.				
41. Onaylamadığı bir şey yaptığımda, beni korkutur veya tehdit eder.				
42. Benimle zaman geçirmekten hoşlanır.				
43. Korktuğumda ya da bir şeye canım sıkıldığında bana yardım etmeye çalışır.				

44. Beni arkadaşlarımın önünde utandırır.				
45. Benden uzak durmaya çalışır.				
46. Benden şikâyet eder.				
47. Benim ne düşündüğüme önem verir ve düşündüklerim hakkında konuşmamdan hoşlanır.				
48. Ne yaparsam yapayım, diğer kadınların/erkeklerin benden daha iyi olduğunu düşünür.				
49. Bir plan yaparken benim de ne istediğime önem verir.				
50. Benim için önemli olan şeyleri, kendisine zorluk çıkarsa da yapmama izin verir.				
51. Diğer insanların benden daha iyi davrandıklarını düşünür.				
52. Beni başkalarına yollayıp, başından atar.				
53. Bana istenmediğimi belli eder.				
54. Yaptığım şeylerle ilgilenir.				
55. Canım yandığında veya hasta olduğumda, kendimi daha iyi hissetmem için elinden geleni yapar.				

56. Yanlış bir şey yaptığımda benden ne kadar utandığını söyler.				
57. Beni sevdiğini belli eder.				
58. Bana karşı yumuşak ve iyi kalplidir.				
59. Onun hoşuna gitmeyen bir şey yaptığımda, beni utandırır veya suçlu hissettir.				
60. Beni mutlu etmeye çalışır				

EBEVEYN KABUL-RED ÖLÇEĞİ

Aşağıda anne ve babaların çocuklarına karşı sergiledikleri davranışlarla ilgili bazı cümleler var. Her cümleyi dikkatlice okuyun ve okuduğunuz cümlenin "siz çocukken", annenizin ve babanızın size karşı göstermiş olduğu davranışları ne kadar iyi anlattığınızı düşünün. Testi, cümleler üzerinde fazla oyalanmadan, size ilk doğru gelen cevapları işaretleyerek doldurun. Cevaplarınızı anne veya babanızdan beklediğiniz davranışlara göre değil, bu kişinin size gerçekte gösterdiği davranışlara göre verin.

Her cümleyi hem anneniz hem de babanız için ayrı ayrı puanlandırın. Cümledeki davranışın anne veya babanız için ne kadar doğru olduğunu aşağıdaki yönergeye göre puanlandırınız:

- 1 - Hiçbir zaman doğru değil
- 2 - Nadiren doğru
- 3 - Bazen doğru
- 4 - Hemen hemen her zaman doğru

	ANNE				BABA			
	Hiçbir Zaman Doğru Değil	Nadiren doğru	Bazen doğru	Hemen hemen her zaman doğru	Hiçbir zaman doğru değil	Nadiren doğru	Bazen doğru	Hemen hemen her zaman doğru
1. Benim hakkımda güzel şeyler söylerdi								
2. Bana hiç ilgi göstermezdi.								
3. Benim için önemli olan şeyleri anlatabilmemi kolaylaştırırdı								
4. Hak etmediğim zaman bile bana vururdu.								
5. Beni büyük bir baş belası olarak görürdü.								
6. Kızdığı zaman beni çok kötü cezalandırırdı								

7.Sorularımı cevaplayamayacak kadar meşguldü.									
8.Benden hoşlanmıyor gibiydi									
9.Yaptığım şeylerle gerçekten ilgilenirdi									
10.Bana bir sürü kırıcı şey söylerdi									
11.Ondan yardım istediğimde beni duymazlıktan gelirdi									
12.Bana istenilen ve ihtiyaç duyulan biri olduğumu hissettirirdi									
13.Bana çok ilgi gösterirdi									
14.Beni kırmak için elinden geleni yapardı									
15. Hatırlaması gerekir diye düşündüğüm önemli şeyleri unuturdu.									
16. Eğer kötü davranırsam, beni artık sevmediğini belli ederdi.									
17. Bana yaptığım şeylerin önemli olduğunu hissettirirdi.									
18. Yanlış bir şey yaptığımda beni korkutur veya tehdit ederdi.									
19. Benim ne düşündüğüme önem verir ve düşündüklerim									
20. Ne yaparsam yapayım, diğer çocukların benden daha iyi ___ ___ olduğunu düşünürdü.									
21. Bana istenmediğimi belli ederdi.									
22. Beni sevdiğini belli ederdi									
23. Onu rahatsız etmediğim sürece benimle ilgilenmezdi									
24. Bana karşı yumuşak ve iyi kalpliydi.									

ÖZGEÇMİŞ

Zehra LÖKÇE

İletişim bilgileri:

Email:

A. EĞİTİM

Yüksek Lisans: İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bilim Dalı, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Bölümü, 2017, İstanbul.

Lisans: Çukurova Üniversitesi Eğitim Fakültesi Din Kültürü Ve Ahlak Bilgisi Öğretmenliği, 2011, Adana

Üsküdar Üniveristesi: Aile ve Çift Danışmanlığı Sertifika Programı,2017, İstanbul.

B. MESLEKİ DENEYİM

2011-2013 Mardin- Toki İlkÖğretim Okulu-Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmeni.

2013-2016 İzmir -Aziz Sancar Ortaokulu-Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmeni.

2016-2017 İzmir-Ege İhracatçıları Birliği Ortaokulu-Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmeni.

2017-2020 İstanbul-Fatih İlkokulu -Din Kültürü ve Ahlak Bilgisi Öğretmeni.

2017-2020 Nörovizyon Psikolojik Danışmanlık- Aile ve Çift Danışmanı.

2017-2020 40 'lar klübü Yayınevinde Yazar.

C. PROJELERİ

2017-2018 Eğitimde İyi Örnekler Projesi.

2017-2020 40'lar klübü "Afrika'daki Çocuklar" İçin Sosyal Sorumluluk Projesi.

D. YAYINLARI

UBEST 2019 Uluslararası Bilim, Eğitim, Sanat ve Teknoloji Sempozyumu: "Yetişkinlerin Kişilik Tipleri ile Kişiler Arası Duyarlılık Düzeyleri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi".

ÖLÇEK İZİNLERİ

Ebeveyn Kabul Red-Eş Kabul Red Ölçeği İzni.

Rohner, Ronald P.

Hello Zehra,

After collecting your data, to score the measures, go to <http://parscore6.appspot.com> and using a Gmail account (we are hosted on the Google cloud), register your project. Answer all questions in affirmative. You will then be ready to score. Use the following protocol to enter item scores:

Numerical Scoring. Record the numerical score for each response as follows:

	Almost Always	Sometimes	Rarely	Almost
Never	True	True	True	True
	4	3	2	1

The scoring program does all reverse-scoring for you, as well as computes for missing data. This email is permission to use the measures and grants you copyright license.

Warm regards.

Ebeveyn Kabul Red Ölçeği İzni

Ebeveyn Kabul Red Ölçeği İzni

Gelen Kutusu



zehra lökçe

Alıcı: Meryem

10 Ara
2019 Sal
00:08

Alıcı: ben

Hocam Rohner'den izin aldıysanız kullanabilirsiniz. O size Türkçe bilgileri gönderdi mi? Eğer göndermedi ise bana yazarsanız yardımcı olurum. İyi çalışmalar dilerim.

--

Arş. Gör. Meryem Dedeler
Ankara Üniversitesi, DTCF Klinik Psikoloji Doktora





Evlilikte Uyum Ölçeği

Gelen Kutusu



sennur tk

Alıcı: ben

Alıcı: ben

Merhaba,

Ekte ölçek ve makale var. Çalışmanızda kullanabilirsiniz.

Puanlamayı doğru yapmak için makalenin tümünü iyi okuyunuz.

İyi günler

Şennur Kışlak

11 Ara
2019 Çar
22:33

Prof.Dr.Şennur Tutarel Kışlak

Ankara Üniversitesi

DTCF Psikoloji Bölümü

Klinik Psikoloji Anabilim Dalı

Sıhhiye-Ankara

0312 310 32 80/1401

Eş kabul Red Ölçeği

Eş kabul Red Ölçeği

Azmi Varan .
Sayın Zehra t

Yaklaşık beş yıl önce emekli olup, tüm akademik ve klinik çalışmalarımı bıraktım. Prof Rohner'in geliştirmiş olduğu ölçeklerin telif hakkı Prof. Rohner'dedir.

Çalışmalarında bu ölçekleri kullanmak isteyen kişiler Prof. Rohner'e yazıp ölçeklerin kullanımı için izin isteme ve Prof. Rohner'in değerlendirmesine göre gerekirse (bildiğim kadarıyla) küçük bir telif hakkı ödeme durumundadır.

Bu ölçeklerin Türkiye'ye uyarlamasını yapmış kişi olarak benim şahsen bu ölçeklerin öğretim görevlileri ve öğrenciler tarafından kullanılmasına hiçbir itirazım yoktur.

Ölçeklerin Türkçe formları ve puanlama bilgileri Prof. Rohner'de bulunmaktadır. Kendisi size ölçekleri iletacaktır. Çalışmalarınızda başarılar dilerim.

Saygılarımla

Azmi Varan .

Şema Ölçeği Kullanım İzni



zehra lke <

Alıcı: goncab

Gonca hocam, merhaba. Ben Sabahattin Zaim Üniversitesi Psikolojik Danışmanlık ve Rehberlik Yüksek Lisans ğrencisi Zehra Lke. Tez araştırması kapsamında "Evli bireylerde ebeveyn kabul reddi ve eş kabul reddi ile erken dönem uyumsuz şemaların evlilik uyumuna etkisinin incelenmesi" başlıklı konum için, geliştirmiş olduğunuz Şema leğini izninizle kullanmak istiyorum.

9 Ara
2019 Pzt
23:53

Saygılarımla. Zehra LKE



