

Depresyon ve Kaygı Belirtilerinin Kişilerarası Tarz ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar Açısından İncelenmesi

Betül KIRKIKOĞLU¹ , Volkan KOÇ² 

¹Okan Üniversitesi, Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programı, İstanbul, Türkiye

²İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

Öz

Literatürde erken dönem uyumsuz şemaların ve kişilerarası iletişimin, depresyon ve kaygı şikayetlerinin önemli belirleyicileri olabileceğini düşündüren çalışmalar bulunmaktadır. Bu bilgi doğrultusunda mevcut araştırmada, depresyon ve kaygı belirtilerinin kişilerarası tarz ve erken dönem uyumsuz şemalar çerçevesinde incelenmesi amaçlanmıştır. Araştırmanın örneklemi kolay örnekleme yöntemi ile ulaşılan 401 kişiden oluşmaktadır. Araştırmada katılımcıların depresyon düzeyleri, kaygı düzeyleri, kişilerarası tarzları ve erken dönem uyumsuz şemaları değerlendirilmiştir. Bu amaçla Beck Depresyon Envanteri, Beck Anksiyete Envanteri, Kişilerarası Tarz Ölçeği ve Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 kullanılmıştır. Çoklu regresyon analizi sonucuna göre, kişilerarası tarzın ve erken dönem uyumsuz şemaların ayrı ayrı depresyon ve kaygı belirtilerini istatistiksel olarak yordadığı, hiyerarşik regresyon analizi sonucuna göre kişilerarası tarz ve erken dönem uyumsuz şemaların birlikte depresyon ve kaygı belirtilerini ayrı ayrı istatistiksel olarak yordadığı görülmüştür. Regresyon analizleri çerçevesinde kişilerarası tarzın ve erken dönem uyumsuz şemaların yordayıcılıkları bir bütün olarak değerlendirildiğinde hem depresyon belirtilerinde hem de kaygı belirtilerinde asıl yordayıcının erken dönem uyumsuz şemalar olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Yapılan korelasyon analizi sonucuna göre değişkenler arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişkinin olduğu saptanmış olup elde edilen bulgular literatür çerçevesinde tartışılmıştır.

Anahtar Kelimeler: Depresyon, kaygı, kişilerarası iletişim, şema

Abstract

The Study of Depression and Anxiety Symptoms in Relation to Interpersonal Style and Early Maladaptive Schemas

The existing literature provides support for the idea that early maladaptive schemas and interpersonal relationships may have an important effect on depression and anxiety complaints. In line with these findings, it is aimed to examine the symptoms of depression and anxiety in relation to interpersonal style and early maladaptive schemas. The sample consists of 401 participants who were included through convenience sampling. Participants were assessed for their depression levels, anxiety levels, interpersonal styles, and early maladaptive schemas. For this purpose, Beck Depression Inventory, Beck Anxiety Inventory, Interpersonal Style Scale and Young Schema Scale Short Form-3 were used. According to the multiple regression analysis, interpersonal style and early maladaptive schemas separately predicted depression and anxiety symptoms and according to the hierarchical regression analysis, interpersonal style and maladaptive schemas predicted depression and anxiety symptoms together. But early maladaptive schemas are found to be the main predictor of both depression and anxiety symptoms. Finally, according to the result of the correlation analysis, it is found that there is a statistically significant relationship between all the four variables. The results were discussed considering the literature.

Keywords: Depression, anxiety, interpersonal communication, schema

Correspondence / Yazışma:

Volkan KOÇ

İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi,
Psikoloji Bölümü, İstanbul, Türkiye

Tel: +90 212 692 98 03

E-mail: kocvolkan@gmail.com

Received / Geliş: 13 Aralık 2018

Accepted / Kabul: 19 Eylül 2019

©2018 JCBPR. All rights reserved.

Kişilerarası Tarz ve Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Depresyon ve Kaygı Belirtileri ile İlişkisi

Depresyon ve kaygı bozuklukları tüm dünyada oldukça yaygın birer zihinsel sağlık sorunu olarak karşımıza çıkmaktadır (Steel ve ark., 2014). Ayrıca tanı kriterlerini karşılamayan, ancak depresyon ve kaygı belirtileri gösteren bireylerin de zihinsel ve fiziksel sağlık açısından ciddi risk grubunda oldukları belirtilmektedir (Strine ve ark., 2008). Bu tür bozuklukların tedavisi için çeşitli müdahale seçenekleri bulunmakla birlikte, yeterli ve kapsamlı bir hizmetin sağlanmasında aksaklıklar ortaya çıkabilmekte (Lake, 2017) ve bozukluk gelişmeden önce yürütülecek önleyici çalışmaların gerekliliği vurgulanmaktadır (Min, Lee ve Lee, 2013). Bu bağlamda psikiyatrik bozukluğu bulunan bireylerin yanı sıra bu bozuklukların çeşitli belirtilerini gösteren bireylerin de incelenmesi önleyici çalışmalar için yol gösterici olma potansiyeli taşımaktadır.

Günümüzde hem depresyon hem kaygının psikolojik temelleri anlaşılmaya çalışılırken erken dönem uyumsuz şemaların önemli bir açıklayıcı olarak ele alındığı görülmektedir (Bosmans, Braet ve Van Vlierberghe, 2010). Erken dönem uyumsuz şemalar; çocukluk ve ergenlik döneminde kişinin karşılanmamış temel duygusal ihtiyaçları sonucu ortaya çıkan, yaşam boyunca tekrarlayan anılar, bilişler, duygular ve fiziksel duyumlardan oluşan zihinsel örüntüler olarak tanımlanmaktadır (Young ve Klosko, 1994; Young, Klosko ve Weishaar, 2003) ve özellikle kişilik patolojilerinde ve süregelen duygusal bozukluklarda önemli bir açıklayıcı olarak düşünülmektedir (Bach, Lockwood ve Young, 2018). Şema yaklaşımının psikiyatrik bozuklukları ele alma biçimine bakıldığında, her bir bozukluğun temelinde bir ya da birden çok erken dönem uyumsuz şemanın rol alıyor olması beklenmektedir (Riso, duToit, Stein ve Young, 2002). Bu çerçevede hem depresyonun (Davoodi ve ark., 2018; Flink ve ark., 2018; Haugh, Miceli ve DeLorme, 2017; Eberhart, Auerbach, Bigda-Peyton ve Abela, 2011) hem de kaygının (Koerner, Tallon ve Kusec, 2015; Zadahmad ve Torkan, 2016) erken dönem uyumsuz şemalarla olan ilişkisini gösteren çalışmalar bulunmaktadır. Örneğin depresyon hastalarında başarısızlık, duygusal yoksunluk ve terkedilme şema alanlarının depresyonun şiddetinin önemli belirleyicileri olduğu görülmektedir (Renner, Lobbestael, Peeters, Arntz ve Huibers, 2012). Rhein ve Sukawatana (2015) ise birçok erken dönem uyumsuz şemanın kaygı belirtileri ile ilişkili olduğunu ve özellikle yüksek standartlar ile onay arayıcılık şema alanlarının kaygı belirtilerinin önemli yordayıcıları olarak ön plana çıktığını belirtmektedir. Depresyon ve

kaygı ile bağlantılı olarak erken dönem uyumsuz şemaların incelendiği çalışmaların bazı farklılıkları bulunmakla birlikte sonuç olarak erken dönem uyumsuz şemaların artması ile depresyon ve kaygı belirtilerinin de arttığı görülmektedir.

Yaşamının erken bir döneminde oluşan ve şekillenen erken dönem uyumsuz şemaların aynı zamanda bireyin kişilerarası tarzının önemli bir belirleyicisi olabileceği görülmektedir (Kaya-Tezel, Tutarel-Kışlak ve Boysan, 2015). Bu durumda da farklı şemaların farklı kişilerarası tarzları ortaya çıkartması olası görünmektedir. Kişilerarası tarzın, depresyon ve kaygı ile olan ilişkisine bakıldığında olumsuz kişilerarası tarzın hem depresyon bozukluğunu (Şahin, Batıgün ve Koç, 2011) hem de kaygı bozukluklarını (Batıgün, Şahin ve Uzun, 2011) önemli bir düzeyde yordayabildiği görülmektedir. Bu pencereden bakıldığında hem erken dönem uyumsuz şemaların hem de kişilerarası tarzın birlikte depresyon ve kaygı belirtilerinin önemli birer yordayıcısı oldukları sonucuna varmak mümkün gözükmemektedir. Dolayısıyla da zayıf sosyal becerilerin psikososyal yaşantılarda bozucu bir etki için risk oluşturduğu dikkate alınırsa (Segrin ve Flora, 2006; Segrin, McNelis ve Swiatkowski, 2016), bireylerin kişilerarası tarzlarına yönelik gerçekleştirilen müdahalelerin psikolojik sorunların sağaltımında önemli bir rol oynaması beklenebilir (Fortin, 2002).

Kendimize ve dünyaya ilişkin algımızın şekillenmesinde temel bir etkenin, kişinin erken dönemde bakıcısıyla olan etkileşiminin olduğu görülmektedir (Bowlby; 1985, 1989). Erken dönemde bakıcı ile olan bu etkileşimin hem temel şemalarımızı hem de kişilerarası iletişim tarzımızı şekillendirme ve sonuç olarak da bu iki alanda ortaya çıkacak olan bozulmaların duygu durumumuzu olumsuz etkileme potansiyeli bulunuyor görülmektedir. Bu potansiyel göz önünde bulundurularak mevcut çalışmada depresyon ve kaygı belirtilerinin, kişilerarası tarz ve erken dönem uyumsuz şemalar çerçevesinde incelenmesi amaçlanmıştır. Her ne kadar söz konusu değişkenler arasındaki ilişkilere yönelik çeşitli çalışma sonuçları bulunsun da özellikle erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası tarzın birlikte depresyon ve kaygı belirtilerini açıklamaya yönelik incelemelerin yapılmadığı görülmektedir. Bu amaç doğrultusunda hem önleyici çalışmalar hem de müdahale çalışmaları için yol gösterici olması umuduyla kişilerarası tarzın ve erken dönem uyumsuz şemaların birlikte depresyon belirtilerini ve kaygı belirtilerini ne kadar açıkladıkları incelenmiş, ayrıca değişkenler arasındaki ilişkiler değerlendirilmiştir.

YÖNTEM

Örneklem

Araştırmanın örneklemini 18-65 yaş arası 401 bireyin oluşturduğu bir toplum örnekleimidir. Katılımcılara İstanbul ilinde ulaşılabilirlik-elverişlilik ilkesi ve gönüllü katılım esasına göre kolay örnekleme yöntemi ile ulaşılmıştır. Katılımcılarda herhangi bir psikiyatrik tanı kriteri aranmamıştır.

Veri Toplama Araçları

Demografik Bilgi Formu: Demografik bilgi formu toplam 12 sorudan oluşmaktadır. Formda cinsiyet, yaş ve eğitim düzeyi gibi temel demografik bilgiler yer almaktadır.

Beck Depresyon Envanteri (BDE): Beck, Ward, Mendelson, Mock ve Erbaugh (1961) tarafından depresyon şiddetini belirlemek amacıyla geliştirilen BDE 0-3 arası puanlanan ve 21 sorudan oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Puanın yüksek olması depresyonun şiddetinin yüksek olmasına işaret etmektedir. Türkiye uyarlaması Hisli (1988) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Beck Anksiyete Envanteri (BAE): Beck, Epstein, Brown ve Steer (1988) tarafından geliştirilmiş olan BAE 21 maddeden oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Ölçek, 0-3 arası Likert tipi puanlanmakta olup artan puanlar daha yüksek bir kaygıya işaret etmektedir. BAE'nin Türkiye uyarlaması Ulusoy, Şahin ve Erkmen (1998) tarafından gerçekleştirilmiştir.

Kişilerarası Tarz Ölçeği (KTÖ): KTÖ, bireylerin kişilerarası ilişkilerinde kullandıkları ve iletişimi engelleyici bir özellik taşıyan olumsuz iletişim tarzlarını belirlemek amacıyla Şahin ve arkadaşları (2007) tarafından geliştirilmiştir. Likert tipi, 1-6 arası puanlanan ve 60 sorudan oluşan bir öz bildirim ölçeğidir. Kişiye uygulanan ölçekten elde edilen puanın yüksekliği, kişinin olumsuz bir kişilerarası tarza sahip olduğuna işaret etmektedir. Ölçekte altı farklı olumsuz tarz değerlendirilmektedir. Bunlar; "Baskın tarz", "Kaçınan tarz", "Öfkeli tarz", "Duygudan kaçınan/duyarsız tarz", "Manipülatif tarz" ve "Alaycı/küçümseyici tarz"dır.

Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ): YŞÖ, Young ve arkadaşları (2003) tarafından erken dönem uyumsuz şemaları belirlemek amacıyla geliştirilmiştir. Ölçeğin Türkiye uyarlaması Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından yapılmıştır ve uyarlama çalışmasında 5

şema alanına ve 14 alt boyuta ulaşılmıştır. Ölçekte 90 soru yer almaktadır ve her soru 1 ila 6 arası puanlanmaktadır. Puan artışı şema alanının işlevselliğinin ne ölçüde bozulduğunu göstermektedir.

İşlem

Uygulamalara başlanmadan önce, araştırma için Okan Üniversitesi Etik Kurulu tarafından 19.02.2018 tarihli toplantı kararı ile onay verilmiştir. Uygulamanın başında her katılımcı 'Bilgilendirilmiş Onam Formu' aracılığıyla araştırmanın içeriği hakkında bilgilendirilmiş ve onamları alınmıştır. Ölçeklerin cevaplanması her katılımcı için yaklaşık 20-25 dakika sürmüştür. Sıra etkisini ortadan kaldırmak amacıyla ölçekler katılımcılara farklı sıralarda verilmiştir. Uygulamalar tamamlandıktan sonra elde edilen veriler "SPSS for Windows 24.0" yazılımı ile değerlendirilmiştir. Analizlerden önce veri girişleri kontrol edilmiş, kayıp ve uç değerler açısından veri seti incelenmiş ve üç katılımcının yanıtları veri analizine dahil edilmemiştir. Toplanan verilerin ilgili istatistiksel analizlere uygunluğunu değerlendirmek amacıyla normallik, doğrusallık ve homojenlik varsayımları test edilmiştir. Buna göre ölçümlerin normal dağılım gösterdiği, doğrusallık varsayımını karşıladığı ve homojen dağıldığı görülmüştür.

Araştırma sorularına göre, sırasıyla, altı kişilerarası tarzın (baskın tarz, kaçınan tarz, öfkeli tarz, duyarsız tarz, manipülatif tarz ve alaycı tarz) depresyon ve kaygı toplam puanları üzerindeki yordayıcı etkisi çoklu regresyon analiziyle, erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilerarası tarzın birlikte depresyon ve kaygı toplam puanlarını ayrı ayrı yordama gücü hiyerarşik regresyon analiziyle ve araştırmanın temel değişkenleri olan depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası tarz arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği ile incelenmiştir.

BULGULAR

Mevcut çalışmada yer alan katılımcıların 256'sı kadın (%63,8) ve 145'i erkektir (%36,2). Örneklem yaş ortalaması 31,92'dir ($S = 12,17$) ve yaş aralığı 18-65'tir. Katılımcıların 60'ı ilköğretim, 134'ü lise, 181'i üniversite, 26'sı ise yüksek lisans/doktora eğitimine sahiptir. Katılımcıların %12,6'sı geçmişte bir psikiyatrik rahatsızlıklarının olduğunu ve %6,8'si şu anda bir psikiyatrik rahatsızlıklarının olduğunu belirtmiştir. İstatistiksel analizler, veri setinden uç değer taşıyan üç bireye ait bilgilerin çıkarılmasından dolayı 398 kişi üzerinden gerçekleştirilmiştir.

KTÖ'nün alt faktörlerinin (baskın tarz, kaçınan tarz, öfkeli tarz, duyarsız tarz, manipülatif tarz ve alaycı tarz) BDE toplam puanı ve BAE toplam puanı üzerindeki yordayıcı etkisi ayrı ayrı çoklu regresyon analiziyle incelenmiştir. Öncelikle KTÖ'nün alt faktörlerinin birlikte BDE toplam puanını yordadığı ve varyansın %15'ini açıkladığı ($F_{6,391} = 13,056$, $p < 0,001$, düz. $R^2 = 0,15$), ayrıca baskın tarz, kaçınan tarz ve duyarsız tarzın tek başlarına yordayıcı oldukları görülmektedir ($p < 0,05$). Analiz sonucuna ilişkin bilgiler Tablo 1'de verilmiştir. İkinci olarak KTÖ'nün alt faktörlerinin birlikte BAE toplamı puanını yordadığı ve varyansın %12'sini açıkladığı ($F_{6,391} = 10,076$, $p < 0,001$, düz. $R^2 = 0,12$), ayrıca kaçınan tarz ile öfkeli tarzın tek başlarına yordayıcı oldukları görülmektedir ($p < 0,05$). Analiz sonucuna ilişkin bilgiler Tablo 2'de verilmiştir.

YŞÖ toplam puanları ile KTÖ'nün alt faktörlerine ait puanların BDE ve BAE'den alınan toplam puanları ayrı ayrı yordama gücünü değerlendirmek amacıyla hiyerarşik regresyon analizi yapılmıştır. Hem BDE hem de BAE puanlarına yönelik yapılan analizin ilk aşamasında yordayıcı değişken olarak YŞÖ puanları alınmıştır ve ikinci aşamada analize KTÖ'nün alt faktörlerine ait puanlar dahil edilmiştir. Analiz sonuçlarına göre, erken dönem uyumsuz şemalar ile altı kişilerarası tarzın birlikte depresyonu ve kaygıyı yordama güçleri bulunmuştur.

Tablo 1: Depresyona yönelik çoklu regresyon analizi sonucu

Yordayıcı Değişkenler	R	R ²	Düz. R ²	β	t
Baskın Tarz	0,41	0,17	0,15	-0,190	-2,391*
Kaçınan Tarz				0,258	3,275*
Öfkeli Tarz				0,059	0,854
Duyarsız Tarz				0,126	2,117*
Manipülatif Tarz				0,110	1,563
Alaycı Tarz				0,105	1,653

*p < 0,05

Tablo 2: Kaygıya yönelik çoklu regresyon analizi sonucu

Yordayıcı Değişkenler	R	R ²	Düz. R ²	β	t
Baskın Tarz	0,37	0,13	0,12	-0,068	-0,839
Kaçınan Tarz				0,165	2,053*
Öfkeli Tarz				0,146	2,061*
Duyarsız Tarz				0,093	1,533
Manipülatif Tarz				0,034	0,465
Alaycı Tarz				0,074	1,143

*p < 0,05

BDE puanlarına yönelik analize bakıldığında sırasıyla; YŞÖ toplam puanları tek başına BDE toplam puanlarının %42'sini yordarken ($F_{1,396} = 294,775$, $p < 0,001$), KTÖ'nün alt faktörleri dahil edildiğinde bu değer %43'e yükseldiği ($F_{7,390} = 43,555$, $p < 0,001$) görülmektedir. YŞÖ toplam puanı tek başına yordayıcı iken KTÖ alt faktörlerinden sadece kaçınan tarzın tek başına yordayıcı olduğu görülmektedir. BDE'ye yönelik hiyerarşik regresyon analiz sonucu Tablo 3'te verilmiştir.

BAE puanlarına yönelik analize bakıldığında sırasıyla; YŞÖ toplam puanları tek başına BAE toplam puanlarının %22'sini yordarken ($F_{1,396} = 115,934$, $p < 0,001$), KTÖ'nün alt faktörleri dahil edildiğinde bu değer %23'e yükseldiği ($F_{7,390} = 18,231$, $p < 0,001$) görülmektedir. YŞÖ toplam puanı tek başına yordayıcı iken KTÖ alt faktörlerinden herhangi birinin tek başına yordayıcı olmadığı görülmektedir. BAE'ye yönelik hiyerarşik regresyon analiz sonucu Tablo 4'te verilmiştir.

Tablo 3: Depresyona yönelik hiyerarşik regresyon analiz sonucu

Adım	Yordayıcı Değişkenler	R	R ²	Düz. R ²	β	t
1	Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	0,65	0,43	0,42	0,653	17,169**
2	Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	0,66	0,44	0,43	0,636	13,744**
	Baskın tarz				-0,105	-1,596
	Kaçınan tarz				0,134	2,051*
	Öfkeli tarz				-0,023	-0,405
	Duyarsız tarz				-0,029	-0,575
	Manipülatif tarz				-0,019	-0,325
	Alaycı tarz				0,068	1,306

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

Tablo 4: Kaygıya yönelik hiyerarşik regresyon analiz sonucu

Adım	Yordayıcı Değişkenler	R	R ²	Düz. R ²	β	t
1	Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	0,48	0,23	0,22	0,476	10,767*
2	Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	0,50	0,25	0,23	0,409	7,636*
	Baskın tarz				-0,013	-0,171
	Kaçınan tarz				0,085	1,123
	Öfkeli tarz				0,093	1,396
	Duyarsız tarz				-0,007	-0,114
	Manipülatif tarz				-0,050	-0,731
	Alaycı tarz				0,050	0,832

*p < 0,001

Son olarak ise araştırmanın temel değişkenleri olan depresyon, kaygı, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası tarz toplam puanları arasındaki ilişkiler Pearson momentler çarpımı korelasyon tekniği ile hesaplanmıştır. Değişkenler arası korelasyon katsayıları Tablo 5.'te aktarılmıştır.

Tablo 5: Değişkenler arası korelasyon analizi sonuçları				
Değişkenler	BDE	BAE	YŞÖ	KTÖ
BDE	-	0,55*	0,65*	0,36*
BAE		-	0,48*	0,35*
YŞÖ			-	0,54*
KTÖ				-
*p < 0,01; BDE : Beck Depresyon Envanteri, BAE : Beck Anksiyete Envanteri, YŞÖ : Young Şema Ölçeği, KTÖ : Kişilerarası Tarz Ölçeği				

TARTIŞMA

Kişilerarası tarzın, depresyon ve kaygı belirtilerini yordama düzeyine yönelik gerçekleştirilmiş olan iki ayrı analiz sonucuna göre hem depresyon hem de kaygı belirtilerinin ayrı ayrı kişilerarası tarz tarafından orta düzeyde yordandığı görülmektedir. Kişilerarası tarz alt faktörlerinin çoklu doğrusallık göstermiş olma olasılığı tek tek kişilerarası tarzlar için değerlendirilmeleri bir parça güçleştirmekle birlikte, iki analiz sonucu birlikte değerlendirildiğinde depresyon belirtilerini ve kaygı belirtilerinin yordanmasında, kaçınan tarz ortak bir yordayıcı olarak karşımıza çıkmaktadır. Koç (2008) ile Şahin ve arkadaşlarının (2011) çalışmalarında depresyon hastalarının, baskın tarz, kaçınan tarz ve duyarsız tarz açısından; Batıgün ve arkadaşlarının (2011) çalışmada ise kaygı bozukluğu olan hastaların altı kişilerarası tarzının hepsinde sağlıklı bireylerden istatistiksel açıdan anlamlı düzeyde ayrıldığı görülmektedir. İlgili çalışmaların ve mevcut çalışmanın sonuçları birlikte değerlendirildiğinde psikiyatrik bozukluk düzeyinde depresyon ya da kaygı deneyimleyen bireylerle sadece belirtiler düzeyinde depresyon ya da kaygı deneyimleyen bireylerin kişilerarası tarz açısından bazı farklılıklar gösterebileceği görülmektedir. Bu durum bazı olumsuz iletişim tarzlarının bozukluk oluşmadan edinildiği ve bazılarının bozukluğun bir sonucu olarak ortaya çıktığını düşündürmektedir. Petty, Ericsson ve Joiner (2004) depresyon ve iletişim becerisini inceledikleri ve 4745 katılımcının bulunduğu geniş bir örnekleme çalıştıkları araştırmalarında dört grubun (1- Hiç depresyon geçirmemiş grup; 2- Araştırma sürecinde depresyonda olan grup; 3- Yakın zamanda majör depresyon geçirmiş grup; 4- Daha önce majör depresyon

geçirmiş, fakat en az bir yıldır majör depresyon kriterlerini karşılamayan grup) iletişim becerilerini karşılaştırmışlardır. İlgili çalışmanın sonuçlarına bakıldığında en az kişilerarası iletişim becerisini gösteren grup, araştırma sürecinde depresyonda olan grup olarak bulunmuştur. Bu grubu yakın zamanda depresyon geçirmiş grup, sonra daha önce depresyon geçirmiş grup ve hiç depresyon geçirmemiş grup takip etmiştir. Bu sonuç yukarıda daha önce ifade edilen düşünceyi destekler niteliktedir. Ayrıca kaçınan tarzın hem depresyon hem de kaygı belirtilerinde ortak bir faktör olarak karşımıza çıkması dikkat çekicidir. Bu durum depresyon ve kaygı bozukluklarının yüksek komorbiditesi (Moffitt ve ark., 2007) göz önüne alındığında şaşırtıcı olmamaktadır. Buna paralel olarak bozukluk oluşumundan önce ortaya çıkan iletişim tarzının özellikle kaçınan tarz olduğu ve diğer tarzların bozukluk sonrasında edinildiği olası bir durum olarak düşünülebilir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilerarası tarzın birlikte depresyonu ve kaygı belirtilerini yordama güçlerini değerlendirmek için yapılan analiz sonuçlarına göre erken dönem uyumsuz şemalar ile altı kişilerarası tarzın birlikte depresyon belirtilerini yüksek sayılabilecek bir düzeyde ve kaygı belirtilerini de orta sayılabilecek bir düzeyde açıkladıkları görülmektedir. Depresyon belirtilerinin erken dönem uyumsuz şemalarla açıklanmasına ek olarak kişilerarası tarzlar arasından sadece kaçınan tarzın tek başına bir katkı sağladığı görülmektedir. Daha önceki analizler de dikkate alındığında, kaçınan tarzın depresyon belirtileri gösteren bireylerde önemli bir problem olarak karşımıza çıktığı söylenebilir. Kaygı belirtilerinde de benzer yönde bir sonuç olmakla birlikte kişilerarası tarzlardan herhangi birinin tek başına katkı sağlamadığı görülmektedir. Çalışılan örneklemin tanı ölçütlerini karşılayan bireyler olmadığı göz önünde bulundurulduğunda, kişilerarası tarzın belki de bozukluğun oluşmasında bir katkısının olabileceği, ancak tanı ölçütlerini karşılamayan bireylerde erken dönem uyumsuz şemaların belirtileri açıklamak için yeterli olabileceği düşünülebilir.

Araştırmanın temel değişkenleri olan depresyon belirtileri, kaygı belirtileri, erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası tarz arasındaki ilişki incelendiğinde dört değişken arasında da istatistiksel olarak anlamlı düzeyde bir ilişkinin olduğu görülmektedir. Daha önceki analiz sonuçları ve literatür de dikkate alındığında elde edilen sonucun beklendiği söylenebilir. En güçlü ilişkinin ise depresyon belirtileri ve erken dönem uyumsuz şemalar arasında olduğu görülmektedir.

Analiz sonuçları bir bütün olarak değerlendirildiğinde hem erken dönem uyumsuz şemaların hem de kişilerarası tarzın depresyon ve kaygıda önemli bir rol oynadığı söylenebilir. Bununla birlikte hem depresyon hem de kaygının açıklanmasında, kişilerarası tarza kıyasla erken dönem uyumsuz şemaların daha önemli bir belirleyici olabileceği düşünülmektedir. Bir karşılaştırma grubunun olmaması ve tanı ölçütlerini karşılayan bireylerle çalışılmamış olması elde edilen sonuçların değerlendirilmesini güçleştirmekle birlikte, literatürdeki araştırma sonuçları da dikkate alındığında özellikle erken dönem uyumsuz şemaların yadsınamayacak düzeyde önem taşıdığı görülmektedir.

Hem depresyon hem de kaygı belirtileri kişilerarası tarz açısından değerlendirildiğinde ise kaçınan tarzın ön plana çıktığı dikkat çekmektedir. Mevcut çalışmada cevap verilememiş olsa da depresyon ve kaygı bozukluklarında kaçınan tarzın rolünün değerlendirilmesi önem taşımaktadır. Kişilerarası tarzın bozukluğa neden olması söz konusu olabileceği gibi bozukluğun bir sonucu olması da mümkün görülmektedir. En azından mevcut çalışmada elde edilen sonuç literatürle karşılaştırıldığında, kaçınan tarzın bozukluk öncesinde geliştirildiği ve bozukluk ortaya çıktığında başka olumsuz kişilerarası tarzların da eklendiği olası bir durum gibi görülmektedir. Eğer durum böyleyse, önleyici çalışma olarak henüz bozukluk ortaya çıkmadan bireylerin kaçınan tarzlarına yönelik müdahale çalışmaları gerçekleştirilebilir. Özellikle sosyal ilişkilerin iyilik hali üzerindeki etkisi düşünüldüğünde kaçınan bir tarzın bireylerin sosyal ilişkilerden beslenmesini kitleme potansiyeli olabilir. Bozukluğun ortaya çıktığı durumlarda da terapistlerin erken dönem uyumsuz şemalarla birlikte kişinin sosyal ilişkilerini bozucu düzeyde olabilecek kişilerarası tarzını da dikkate alarak bir müdahale planı oluşturmalarının önemi görülmektedir.

Mevcut çalışma ile bir parça da olsa depresyon ve kaygı belirtileri ile erken dönem uyumsuz şemalar ve kişilerarası tarz arasındaki ilişki aydınlatılmaya çalışılmıştır. Bununla birlikte çalışmanın bazı kısıtlılıkları da bulunmaktadır. Kaygıya yönelik mevcut çalışmada kullanılan ölçüm aracının özellikle fiziksel belirtilere odaklandığı dikkate alınırsa, tanısal düzeyde bir örnekleme çalışılmamasından kaynaklı olarak tanı ölçütlerini karşılayan bireylerde görülebilecek kaygı belirtilerinin yeterli bir şekilde çalışmaya yansıtılmamış olması durumu söz konusu olabilir. Elde edilen sonuçların depresyon belirtilerini daha güçlü bir şekilde açıklaması ve depresyon ile kaygı belirtilerine yönelik elde edilen analiz sonuçlarının paralellik göstermesinin olası bir nedeni bu durumdan kaynaklanıyor

olabilir. Ayrıca örneklemin önemli bir kısmının üniversite mezunlarından oluşması genellenebilirliği zorlaştırmaktadır. Bu açıdan demografik özelliklerin daha dengeli olduğu homojen bir grup sonuçların daha anlaşılır olmasına katkı sağlayabilirdi. Çalışmanın diğer önemli bir kısıtlılığı tanı ölçütlerini karşılayan bireylerle çalışılmamış olmasıdır. Her ne kadar bireylerin belirti düzeyinde incelenmesi önem taşısa da karşılaştırma amacıyla tanı ölçütlerini karşılayan bir grupta yapılacak yeni bir çalışma sonuçlarının anlaşılmasını kolaylaştıracaktır. Bu doğrultuda, elde edilen sonuçlara bu sınırlılıklar çerçevesinde yaklaşılması önerilmektedir. Bununla birlikte literatürde yer alan çalışmalar ve mevcut çalışma kişilerarası tarzın ve erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik bozuklukların oluşumunda rol alıyor olabileceğine işaret etmektedir. Depresyon ve kaygı bozukluklarında yaygın bir müdahale biçimi olan bilişsel terapide şemaların çalışılması önem taşımaktadır (Padesky, 1994). Mevcut çalışmanın sonuçları da şema çalışmalarının önemini desteklemektedir, bununla birlikte koruyucu ruh sağlığı açısından bireylerin iletişim becerilerini geliştirmeye yönelik etkinliklerin yaygınlaştırılmasının ve psikolojik müdahalelerde iletişim becerilerinin de ele alınmasının faydalı olacağı düşünülmektedir. Son olarak yukarıda ifade edilen sınırlılıkların dikkate alınarak yapılacak yeni çalışmalar söz konusu değişkenler arasındaki ilişkinin daha iyi anlaşılmasına ışık tutacaktır.

KAYNAKLAR

- Bach, B., Lockwood, G., & Young, J. (2018). A new look at the schema therapy model: organization and role of early maladaptive schemas. *Cognitive Behaviour Therapy*, 47(4), 328-349. <https://doi.org/10.1080/16506073.2017.1410566>
- Batıgün, A. D., Şahin, N. H., & Uzun, C. (2011). Anksiyete bozukluğu: Kişilerarası tarz, kendilik algısı ve öfke açısından bir değerlendirme. *Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 12, 107-113.
- Beck, A. T., Epstein, N., Brown, G., & Ster, R. A. (1988). An inventory for measuring clinical anxiety: Psychometric properties. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 56(6), 893-897. <https://doi.org/10.1037//0022-006x.56.6.893>
- Beck, A. T., Ward, C. H., Mendelson, M., Mock, J., & Erbaugh, J. (1961). An inventory for measuring depression. *Archives of General Psychiatry*, 4(6), 561-571. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.1961.01710120031004>
- Bosmans, G., Braet, C., & Van Vlierberghe, L. (2010). Attachment and symptoms of psychopathology: early maladaptive schemas as a cognitive link? *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 17(5), 374-385. <https://doi.org/10.1002/cpp.667>
- Bowlby, J. (1985). *Attachment and Loss: Vol. 3, Loss*. Great Britain: Pelican Books.
- Bowlby, J. (1989). *Attachment and Loss: Vol. 1, Attachment*. Great Britain: Pelican Books.

- Davoodi, E., Wen, A., Dobson, K. S., Noorbala, A. A., Mohammadi, A., & Farahmand, Z. (2018). Early maladaptive schemas in depression and somatization disorder. *Journal of Affective Disorders*, 235, 82-89. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.04.017>
- Eberhart, N. K., Auerbach, R. P., Bigda-Peyton, J., & Abela, J. R. Z. (2011). Maladaptive schemas and depression: tests of stress generation and diathesis-stress models. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 30(1), 75-104. <https://doi.org/10.1521/jscp.2011.30.1.75>
- Flink, N., Honkalampi, K., Lehto, S. M., Leppänen, V., Viinamäki, H., & Lindeman, S. (2018). Comparison of early maladaptive schemas between borderline personality disorder and chronic depression. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 25(4), 532-539. <https://doi.org/10.1002/cpp.2188>
- Fortin, A. H. 6th (2002). Communication skills to improve patient satisfaction and quality of care. *Ethnicity & Disease*, 12(3), 58-60.
- Haugh, J. A., Miceli, M., & DeLorme, J. J. (2017). Maladaptive parenting, temperament, early maladaptive schemas, and depression: a moderated mediation analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39(1), 103-116. <https://doi.org/10.1007/s10862-016-9559-5>
- Hisli, N. (1988). Beck Depresyon Envanteri'nin geçerliği üzerine bir çalışma. *Türk Psikoloji Dergisi*, 6(22), 118-126.
- Kaya-Tezel, F., Tutarel-Kışlak, Ş., & Boysan, M. (2015). Klinik olmayan yetişkin örnekleminde çocukluk travmaları, erken dönem uyum bozucu şemalar ve kişilerarası stiller arasındaki ilişkiler. *Nöropsikiyatri Arşivi*, 52(3), 226-232. <https://doi.org/10.4274/npa.y7118>
- Koç, V. (2011). *Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon* (Yayınlanmış yüksek lisans tezi). Ankara Üniversitesi, Ankara.
- Koerner, N., Tallon, K., & Kusec, A. (2015). Maladaptive core beliefs and their relation to generalized anxiety disorder. *Cognitive Behaviour Therapy*, 44(6), 441-455. <https://doi.org/10.1080/16506073.2015.1042989>
- Lake, J. (2017). Urgent need for improved mental health care and a more collaborative model of care. *The Permanente Journal*, 21, 17-24. <https://doi.org/10.7812/TPP/17-024>
- Min, J. A., Lee, C. U., & Lee, C. (2013). Mental health promotion and illness prevention: a challenge for psychiatrists. *Psychiatry Investigation*, 10(4), 307-316. <https://doi.org/10.4306/pi.2013.10.4.307>
- Moffitt, T. E., Harrington, H., Caspi, A., Kim-Cohen, J., Goldberg, D., Gregory, A. M., & Poulton R. (2007). Depression and generalized anxiety disorder: cumulative and sequential comorbidity in a birth cohort followed prospectively to age 32 years. *Archives of General Psychiatry*, 64(6), 651-660. <https://doi.org/10.1001/archpsyc.64.6.651>
- Renner, F., Lobbestael, J., Peeters, F., Arntz, A., & Huibers, M. (2012). Early maladaptive schemas in depressed patients: stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136(3), 581-590. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2011.10.027>
- Rhein, D., & Sukawatana, P. (2015). Thai university student schemas and anxiety symptomatology. *International Education Studies*, 8(7), 108-126. <https://doi.org/10.5539/ies.v8n7p108>
- Riso, L. P., duToit, P. L., Stein, D.J., & Young, J. E. (Ed.). (2002). *Cognitive schemas and corebeliefs in psychological problems: A scientist-practitioner guide*. Washington: American Psychological Association.
- Padesky, C. A. (1994). Schema change processes in cognitive therapy. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 1(5), 267-278. https://padesky.com/newpad/wp-content/uploads/2012/11/schema_change_article_permissions.pdf
- Petty, S. C., Ericsson, N. S., & Joiner, T. E. (2004). Interpersonal functioning deficits: Temporary or stable characteristics of depressed individuals? *Journal of Affective Disorders*, 81(2), 115-122. [https://doi.org/10.1016/s0165-0327\(03\)00158-7](https://doi.org/10.1016/s0165-0327(03)00158-7)
- Segrin, C., & Flora, J. (2006). Poor social skills are a vulnerability factor in the development of psychosocial problems. *Human Communication Research*, 26(3), 489-514. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2958.2000.tb00766.x>
- Segrin, C. G., Mcnelis, M., & Swiatkowski, P. (2016). Social skills, social support, and psychological distress: a test of the social skills deficit vulnerability model. *Human Communication Research*, 42(1), 122-137. <https://doi.org/10.1111/hcre.12070>
- Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20(1), 75-84.
- Steel, Z., Marnane, C., Iranpour, C., Chey, T., Jackson, J. W., Patel, V., & Silove, D. (2014). The global prevalence of common mental disorders: a systematic review and meta-analysis 1980-2013. *International Journal of Epidemiology*, 43(2), 476-93. <https://doi.org/10.1093/ije/dyu038>
- Strine, T. W., Mokdad, A. H., Balluz, L. S., Gonzalez, O., Crider, R., Berry, J. T., & Kroenke, K. (2008). Depression and anxiety in the United States: Findings from the 2006 behavioral risk factor surveillance system. *Psychiatric Services*, 59(12), 1383-1390. <https://doi.org/10.1176/appi.ps.59.12.1383>
- Şahin, N. H., Batıgün, A. D., & Koç, V. (2011). Kişilerarası tarz, kendilik algısı, öfke ve depresyon. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 22(1), 17-25. <http://www.turkpsikiyatri.com/PDF/C22S1/017-025.pdf>
- Şahin, N. H., Çeri, Ö., Düzgün, G., Ergün, H., Karslı, E., Koç, V., . . . Uzun, C. (2007). *Kişilerarası Tarz Ölçeği*. Ankara: Yayınlanmamış Çalışma.
- Ulusoy, M., Şahin, N., & Erkmen, H. (1998). Turkish version of the Beck Anxiety Inventory: Psychometric properties. *Journal of Cognitive Psychotherapy*, 12, 163-172.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (1994). *Reinventing Your Life*. New York: Plume Books.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schematherapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.
- Zadahmad, M., & Torkan, H. (2016). Investigation of the multiple relationships between early maladaptive schemas and coping styles with anxiety. *International Journal of Educational and Psychological Researches*, 2(1), 49-53. <https://doi.org/10.4103/2395-2296.174791>

EXTENDED ENGLISH ABSTRACT

INTRODUCTION

Depression and anxiety disorders are quite common forms of mental health problems throughout the world (Steel et al., 2014). Moreover, individuals who do not meet the diagnostic criteria, but display depression and anxiety symptoms are in the high-risk group in terms of physical and mental health (Strine et al., 2008). Though there are several intervention options for the treatment of such disorders, occasionally some setbacks appear in provision of a sufficient and comprehensive service (Lake, 2017), and the necessity of preventive interventions prior to the onset of the disorders have been emphasized (Min, Lee and Lee, 2013).

Today, early maladaptive schemas are considered as important explanatory factors in the pursuit of understanding the psychological foundations of both depression and anxiety. (Bosmans, Braet and Van Vlierberghe, 2010). Early maladaptive schemas are defined as mental patterns composed of cognitions, emotions and physical sensations, created by unmet basic emotional needs in childhood and puberty (Young and Klosko, 1994; Young, Klosko and Weishaar, 2003), and they are considered as important explanatory factors especially in personality disorders and ongoing emotional disorders (Bach, Lockwood and Young, 2018).

Created and shaped in early stages of life, early maladaptive schemas are also shown to have the potential to be determinative on interpersonal style of an individual (Kaya-Tezel, Tutarel-Kışlak and Boysan, 2015). In this case, different schemas are likely to induce different interpersonal styles. Taking the relationship between interpersonal style and depression and anxiety into consideration, it was found that negative interpersonal style can predict both depressive (Şahin, Batıgün and Koç, 2011) and anxiety disorders (Batıgün, Şahin and Uzun, 2011). From this perspective, it seems possible to deduce that both early maladaptive schemas and interpersonal style are important predictors of depression and anxiety symptoms. Taking this potential into consideration, this study aims to examine depressive and anxiety symptoms within the framework of interpersonal style and early maladaptive schemas.

METHOD

Participants

Participants of the current research were 401 individuals between the ages of 18 and 65. No diagnostic criteria were sought in selecting participants.

Data Collection Tools

A demographical information sheet composing of 12 questions, Beck Depression Inventory (BDE), Beck Anxiety Inventory (BAE), Interpersonal Style Scale (KTÖ) and Young Schema Questionnaire – Short Form-3 (YŞÖ) were employed.

Procedure

Informed consent was taken and completing the questionnaires took around 20-25 minutes for each participant.

RESULTS

Out of 401 participants in the current study, 256 (63,8%) were women and 145 were (36,2%) men. The age average of the participants was 31,92'dir ($ss = 12,17$) and the range was 18-65.

The predictive power of sub-scale scores of KTÖ (dominant style, avoidant style, aggressive style, insensitive style, manipulative style, and sarcastic style) on BDE scores and BAE scores was examined by regression analysis (see Table 1 and Table 2) and it was found that they explained 15% of the variance of BDE scores ($F_{6,391} = 13,056$, $p < 0,001$, adj. $R^2_{adjusted} = 0,15$) and 12% of the variance of BAE scores ($F_{6,391} = 10,076$, $p < 0,001$, düz. $R^2_{adjusted} = 0,12$).

Hierarchical regression analysis was run in order to evaluate the predictive power of YŞÖ scores and sub-scale scores of KTÖ on BDE scores (see Table 3) and BAE scores (see Table 4) separately. The analysis on BDE scores reveals that YŞÖ scores alone explain 42% of the variance ($F_{1,396} = 294,775$, $p < 0,001$), whereas this value increases to 43% when the sub-scale scores of KTÖ are included ($F_{7,390} = 43,555$, $p < 0,001$). The analysis on BAE scores reveals that YŞÖ scores alone explain 22% of the variance ($F_{1,396} = 115,934$, $p < 0,001$), whereas this value increases to 23% when the sub-scale scores of KTÖ are included ($F_{7,390} = 18,231$, $p < 0,001$). The correlation coefficients between the variables can be seen in Table 5.

DISCUSSION

According to the results of two separate analyses on the predictive power of interpersonal style on depression and anxiety symptoms, both depression and anxiety symptoms are individually predicted by interpersonal style at a medium level. The assessment of the results of two analyses revealed that the avoidant style is a common predictor of depression and anxiety symptoms. Koç (2008) and Şahin et al. (2011) indicate that depression patients significantly differ from healthy individuals in terms of dominant style, avoidant style, and insensitive style; whereas Batıgün et al. (2011) points that people with anxiety disorders significantly differ from healthy individuals in all six interpersonal styles. Assessment of the relevant literature and the current study together indicate that individuals experiencing clinical depression and anxiety may differ from those who experience them only in a symptomatic level in terms of interpersonal styles. This induces the idea that some negative communication styles might be obtained prior to the disorder and some might be obtained as a result of it.

According to the joint predictive power of early maladaptive schemas and interpersonal style on depression and anxiety symptoms, early maladaptive schemas and interpersonal style have a high predictive power of depression symptoms and a medium predictive power of anxiety symptoms. In addition, it seems like that especially an avoidant interpersonal style poses to be a problem for depression symptoms. Interpretation of all analyses together indicates both that early maladaptive schemas and interpersonal style may have important roles in depression and anxiety. In addition, early maladaptive schemas appear to be a more important determinant compared to interpersonal style.

Keywords: Depression, anxiety, interpersonal communication, schema