

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ebeveynlik Biçimleri ve Psikolojik Belirtiler ile Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiler

The Relationship Between Early Maladaptive Schemas, Parenting Styles And Psychological Symptoms And The Needs Threats

Burcu Kömürcü¹, Gonca Soygüt Pekak²

¹Klin. Psk., Ankara Üniversitesi, Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara

²Prof. Dr., İstanbul Şehir Üniversitesi, İnsan ve Toplum Bilimleri Fakültesi, Psikoloji Bölümü, İstanbul

ÖZET

Amaç: Bu çalışmada, üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiler incelenmiştir. **Gereç ve Yöntem:** Çalışmaya Hacettepe Üniversitesi'nde eğitimine devam etmekte olan 133 öğrenci katılmıştır. Katılımcılara Young Şema Ölçeği Kısa Form-3 (YŞÖ-KF3), Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ), Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45), İhtiyaç Tehdidi Ölçeği ve Demografik Bilgi Formu uygulanmıştır. **Bulgular:** Regresyon analizleri sonucunda baba ebeveynlik biçimlerinden Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki artışı yordadığı dikkat çekmiştir. Ayrıca, babanın sergilediği Aşırı İzin Verici/Sınırsız ve Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı; buna karşın Cezalandırıcı ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Psikolojik belirtilerden kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değerindeki artışı; fobik kaygı puanındaki artış benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Ayrıca, kişilerarası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Şema alanları ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmamıştır. **Sonuç:** Bulgular ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaçla ilişkili olabileceğini göstermiştir.

Anahtar Sözcükler: Erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri, psikolojik belirtiler, psikolojik dışlanma

(*Klinik Psikiyatri* 2017;20:6-18)

DOI: 10.5505/kpd.2017.29292

SUMMARY

Objective: This study was designed to examine the relationship between early maladaptive schemas, parenting styles, psychological symptoms and the need threats in university students. **Method:** The sample of the study consisted of 133 undergraduate students studying at Hacettepe University. Aforementioned variables were assessed by Young Schema Questionnaire- Short Form 3, The Turkish versions of the Young Parenting Inventory, Symptom Assessment Inventory, Need Threat Scale. **Results:** A series of regression analyses revealed that perceived paternal Conditional/Success-Oriented parenting style predicted the decrease in self esteem. The Pessimistic/Anxious paternal parenting style predicted the increase in self esteem. Extreme Permissive/Unlimited and Pessimistic/Anxious paternal parenting styles predicted the increase in the need of control. On the other hand paternal Punitive parenting style predicted the decrease in perceived control. Analyzing the relationship between psychological symptoms and self-esteem, results showed that the increase in anxiety score predicted the increase in self esteem and phobic anxiety predicted the decrease in self esteem. Moreover, the decrease in self-esteem predicted by the increase in interpersonal sensitivity. Finally, analyses showed that there is no significant relationship between schema domains and basic need threats. **Conclusion:** In conclusion, findings pointed out the predictive power of early maladaptive schemas, perceived parenting styles and psychological symptoms on need threats.

Key Words: Early maladaptive schemas, parenting styles, psychological symptoms, ostracism

GİRİŞ

Psikolojik dışlanma bireyin gelişiminin temeli olan temel sosyal ilişkileri engelleyici bir biçimde diğerleri tarafından ihmal edilmek ya da dışlanmak olarak tanımlanmaktadır (1). Psikolojik dışlanma süreci, bireyin başka bir birey veya grup tarafından yok sayılması, göz ardı edilmesidir (2). Psikolojik dışlanma sürecinde bireye olumsuz dahi olsa herhangi bir biçimde tepki verilmemekte, birey yokmuş gibi davranılmakta ve bireyin adeta sosyal ölümü gerçekleşmektedir (3). Williams'a göre, psikolojik dışlanma sonucunda dışlanmaya maruz kalan bireyin ortaya koyduğu tepkiler arasında fiziksel acıya benzer bir acı duygusu, uyarılmışlık durumu, üzüntü ve öfke gibi olumsuz duygular ile başta ait olma ihtiyacı olmak üzere benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş olmak üzere dört temel ihtiyacın tehdit altına girdiği duygusu yer almaktadır (2). Gerçekleştirilen araştırmalarda genellikle gerçek ya da olası bir dışlanmanın ilk anda bireyin benlik değerinde, ait olma ihtiyacında ve kontrol algısında azalmaya yol açtığını ve varlığının anlamlı olduğuna yönelik inancını sarstığına işaret eden bulgular elde edilmiştir (4). Psikolojik dışlanmaya verilen kısa vadeli tepkiler üzerinde; benlik değeri, toplulukçuluk-bireycilik, dışa dönüklük ya da sosyal kaygı gibi bireysel farklılıkların etkisi olduğu elde edilen bulgular arasındadır (5,6). Psikolojik dışlanmaya maruz kalan ergenler, depresyon, yalnızlık ve yetersizlikle anlamlı ve olumlu yönde ilişki bildirmişlerdir (7). Yapılan diğer çalışmalar psikolojik dışlanmanın saldırganlık, zayıf duygu düzenleme gibi pek çok işlevsel olmayan sonuçlara sebep olduğunu göstermektedir (8). Alanyazından edinilen sonuçlara göre, ergenlik boyunca gözlenen düşük benlik değerinin depresyon, ruh sağlığı ve fiziksel sağlıkta sorunlar, düşük ekonomik hal ve suç işleme oranında artış gibi pek çok olumsuz sonuçla bağlantılı olduğunu gösteren çalışma vardır (9,10). Bu açıdan psikolojik dışlanma ve psikolojik belirtiler arasındaki ilişkinin ele alınmasının önemli olduğu düşünülmektedir.

Araştırmanın bir diğer değişkeni olan ebeveynlik ise, çocuk yetiştirmekte olan aileler ve bu çabanın öznesi olan çocuklar için önemli bir olgudur. Young ve arkadaşlarına göre, çocuklukta karşılanması gereken evrensel bazı temel duygusal ihtiyaçlar bulunmaktadır. Bunlar; diğerlerine güvenli bağlan-

ma, özerklik, yetkinlik ve kimlik algısı, duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi, kendiliğinden olma ve oyundur (11). Çocuğun psikolojik olarak sağlıklı ve uyumlu olarak gelişebilmesi için bu ihtiyaçların karşılanması gerektiği öne sürülmektedir. Çocuğun sağlıklı yetişkin bir birey olmasına engel olan aşırı katı olma, ihmalkâr davranma, duyarlılıktan yoksun olma, reddedici ya da aşırı izin verici olma, sınır koymama, çocuğun özerkliğini önemsememe ve bunun gibi olumsuz özelliklere sahip ebeveyn tutum ve davranışları erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli role sahiptir (12,13,14,15). Yetişkin örneklem üzerinde ve geriye dönük tarama şeklinde yapılmış pek çok çalışmada, erken dönem uyumsuz şemalarla ebeveynin olumsuz davranışları arasında bir ilişki bulunmuştur (16,17). Çocuğa bakım verme işlevi yerine getirilmediği ya da bakım verenlerin olumsuz işlevlere sahip olduğu ortamda yetişen bireyler bir sosyal gruba ait olamayacağı, duygusal ilişki gereksinimlerinin yeterince karşılanamayacağı, duygularını göz ardı etmesi gerektiği ve diğerlerinin onu inciteceği gibi olumsuz inançlar geliştirebilirler.

Şema Terapi Modeli'nde (ŞTM) kavramsallaştırılan erken dönem uyumsuz şemalar; anı, duygu, biliş ve bedensel duylardan oluşan, bir kişinin kendini ve başkalarıyla olan ilişkilerini dikkate alan, çocukluk ya da ergenlik boyunca gelişen, kişinin yaşamı boyunca karmaşıklaşan ve önemli dereceye kadar işlevsiz olan genel yaygın tema ya da örüntülerdir (11). Erken dönem uyumsuz şemalar çoğunlukla farkındalık alanımızın dışında, bilişin derinliklerinde olan, bireyin depresyon, kaygı bozukluğu, bağımlılık, sosyal fobi, madde kötüye kullanımı, yeme bozuklukları, kişilik bozuklukları, agorafobinin eşlik ettiği panik bozukluk, psikosomatik bozukluklar, olumlu kişiler arası ilişkiler kuramama gibi sorunlara yatkın hale gelmesine zemin hazırlayan yaygın yapılardır (18,19,20,21,22,23,24, 25).

Aktarılanlardan hareketle; klinik ve sosyal psikoloji disiplinlerini örtüştüren bir çerçevede, psikolojik dışlanma sürecinin, psikolojik belirtiler ve ilişkili görülen erken dönem uyumsuz şemalar ve ebeveynlik biçimleri gibi gelişimsel arka plan açısından ele alınmasının kuramsal çerçeve ve uygulama alanı açısından doğurguları olabileceği düşünülmüştür. Özetle, ebeveynlik biçimlerinin

aşırı ya da ihmalkâr olmasının, erken dönem uyumsuz şema ve psikolojik belirtilerin; psikolojik dışlanma olgusu tarafından tehdit edilen ihtiyaç türleri (ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçları) ve düzeylerinde artma ya da azalma yönünde bir değişimi yordayabileceği düşünülmektedir. Çalışmanın amacı, erken dönem uyumsuz şemalar; ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkilerin incelenmesidir.

GEREÇ VE YÖNTEM

Katılımcılar

Araştırmanın örneklemini, Hacettepe Üniversitesi Diş Hekimliği, Edebiyat, Eğitim, Fen Bilimleri, Güzel Sanatlar, Hukuk, İktisadi ve İdari Bilimler, Mühendislik, Sağlık Bilimleri ve Spor Bilimleri Fakültesi olmak üzere çeşitli bölümlerde öğrenimine devam etmekte olan 96'sı kadın (%72,2) ve 37'si erkek (%27,8) olmak üzere yaşları 18-33 arasında değişen katılımcılardan oluşmuştur (Ort = 20.89, ss = 2.49). Ölçek bataryası 500 kişiye verilmiştir. Ölçeklerin tamamını dolduran 373 kişiden 147'si deneyi katılmayı kabul etmiştir. Deney sırasında gerçekleşen teknik aksaklıklara maruz kaldıkları ya da deneyin psikolojik dışlanma ile ilgili olduğunu anladıkları için 14 katılımcı örnekleme dâhil edilmemiştir. Katılımcılar psikolojik dışlanma deneyini bilmemektedirler. Verilerin analizi 133 kişi ile yürütülmüştür. Araştırmanın etik izni Hacettepe Üniversitesi Etik Kurulu'ndan alınmış ve sürecin tamamında katılımcılar gönüllülük esasına dayalı olarak çalışmalara katılmışlardır.

Ölçme Araçları

Young Şema Ölçeği Kısa Form (YŞÖ-KF): Young tarafından geliştirilen, 90 maddeden oluşan ölçeğin özgün formunda 5 şema alanı altında yer alan 18 alt boyut önerilmektedir. Bu şema alanları; ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş otonomi ve kendini ortaya koyma, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik, aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık şema alanlarıdır. Alt boyutlar sırasıyla, terk edilme/istikrarsızlık, güvensizlik/suistimal edilme, duygusal yoksunluk, kusurluluk/utanç, sosyal izolasyon/ yabancılaşma,

bağımlılık/yetersizlik, hastalıklar ve zarar görme karşısında dayanıksızlık, iç içe geçme/gelişmemiş benlik, başarısızlık, hak görme/büyüklük, yetersiz özdenetim, boyun eğcilik, kendini feda, onay arayıcılık, karamsarlık, duyguları bastırma, yüksek standartlar/aşırı eleştiricilik ve cezalandırıcılık olarak adlandırılmaktadır. Her bir madde 6'lı derecelendirme üzerinde (1=Benim için tamamıyla yanlış, 6= Beni mükemmel şekilde tanımlıyor) değerlendirilmektedir. Ölçekten alınan yüksek puanlar, ilgili şemanın bireyin işlevsellik düzeyini ne kadar etkilediğine işaret etmektedir. Ölçeğin ülkemizdeki geçerlik-güvenirlik çalışmasına göre, alt ölçeklerin iç tutarlılık katsayılarının .54 ile .85 arasında ve ölçeğin kabul edilebilir düzeyde geçerli ve güvenilir olduğu görülmüştür (26).

Young Ebeveynlik Ölçeği (YEBÖ): Young tarafından geliştirilen, 72 maddeden oluşan ve 17 alt boyut içeren bir ölçektir (27). Katılımcıdan çocukluğu sırasında anne ve babasını betimleyen davranışları en iyi tanımlayan şekilde (1 = tamamı ile yanlış, 6 = ona tamamı ile uyuyor) derecelendirmesi istenmektedir. Yüksek puan alınan maddeler erken dönem uyumsuz şemaların oluşumuna zemin hazırlayan ebeveynlik tutumlarına işaret etmektedir. Ölçeğin Türkçe formuna ilişkin çalışma Soygüt ve arkadaşları tarafından yapılmış ve ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna işaret edilmiştir (28). Ölçeğin iç tutarlılık katsayıları anne formunda alfa=.53-.86, baba formunda ise alfa=.61-.89 arasında değişmektedir.

Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45): Dokuz (9) psikiyatrik küme altında toplanan her alt boyut için 5 madde içeren kırk beş (45) maddeden oluşan bir kendini bildirim ölçeğidir. SA-45'in kaygı, depresyon, düşmanlık, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif, paranoid düşünce, fobik kaygı, psikotik ve somatizasyon alt boyutlarının yanı sıra genel belirti düzeyi ve pozitif belirti toplamı olmak üzere iki endeks puanı da bulunmaktadır. Ölçek 5'li Likert tipi puanlamaya sahiptir. Ölçeğin özgün formuna ilişkin çalışmalar ölçeğin geçerli ve güvenilir olduğuna işaret etmektedir (29). Türk Kültürü'ne uyarlanması Epözdemir tarafından yapılan ölçek geçerli ve güvenilir (30).

İhtiyaç Tehdidi Ölçeği: İhtiyaç Tehdidi Ölçeği, 7 basamaklı Likert tipi bir ölçektir (31). Ölçek psikolojik dışlanma sırasında katılımcıların ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının düzeylerinde meydana gelmesi beklenen düşüşün belirlenmesi amacıyla kullanılmaktadır ve her bir alt boyutta 5 madde içeren 4 alt boyuta sahiptir. Alt ölçeklerden alınan puanın yüksek olması ilgili ihtiyacın tatmin düzeyinin de yüksek olduğu ve dolayısıyla bu ihtiyaca yönelik daha az tehdit algılandığı anlamına gelmektedir. Ölçeğin iç tutarlık katsayıları ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçları alt boyutları için sırasıyla, .91, .86, .84 ve .88'dir (32).

Sanal Top Deney Düzenegi: Psikolojik dışlanma durumunun değişimlenmesi için tasarlanmış, iki ya da üç kişinin birbirlerine top attıklarına inandıkları, çevrimiçi olarak oynanan bir bilgisayar oyunudur (33).

İşlem

Araştırma iki basamaktan oluşmuştur. İlk basamakta katılımcılar demografik formu ve diğer ölçekleri içeren bataryayı doldurmuşlardır. Ölçeklerin doldurulması gruplar halinde sınıflarda gerçekleştirilmiştir. Katılımcılara daha sonra ulaşabilmek ve anonimliği sağlamak amacıyla Demografik Bilgi Formu'nda her katılımcıdan öğrenci numarası istenmiştir. Daha sonra katılımcılara bölümümüzde yürütülen bir başka çalışmaya da katılabilecekleri söylenmiş ve diğer çalışmaya katılmak isteyen katılımcılar iletişim bilgilerini ve öğrenci numaralarını içeren ayrı bir bilgi formu doldurmuşlardır. Katılımcılara başka bir çalışmaya katılabileceklerinin söylenmesi araştırmanın birinci basamağı ve ikinci basamağı arasında bağ kurulmasını ve yanıtların taraflı olmasını önlemek amacıyla gerçekleştirilmiştir. İletişim bilgileri alınan katılımcılar ölçek bataryasının doldurulmasının üzerinden belli bir süre (gün) geçtikten sonra (Ort=32.14, SS=17.18) telefonla aranarak ikinci bir araştırmaya çağrılmışlardır. İkinci basamakta katılımcılar Hacettepe Üniversitesi Sosyal Psikoloji Laboratuvarı'nda sanal top düzenegi ile psikolojik dışlanma oturumlarına katılmışlardır. Katılımcılar içinde çalışma masası, çalışma koltuğu ve bilgisayar olan 3m² alana sahip

odalarda tek başlarına bilgisayar aracılığıyla sanal top oyununu oynamışlardır. Bu çalışmada, psikolojik dışlanmanın oluşturulması amacıyla deney grubunda bulunan katılımcılara oyunun başında top gelmekte, ancak birkaç turdan sonra gelmemektedir. Katılımcılara topun az gelmesiyle psikolojik dışlanma sağlanmaktadır. Oyun bitiminde katılımcılar İhtiyaç Tehdidi Ölçeği'ni doldurmuşlar ve sürecin nasıl geçtiğini değerlendirmişlerdir. Sürecin değerlendirilmesi aşağıda anlatılan sanal top deney düzeneginin paravan öyküsünün işleyip işlemediğini belirlemek için kullanılmıştır. Deneyin dışlanma ile ilgili olduğunu bildiren katılımcıların cevaplarında oluşabilecek yanlılıktan dolayı bu ölçümler iptal edilmiştir. Oturumun sonunda her bir katılımcı araştırmannın gerçek amacı hakkında bilgilendirilmiş ve çalışmaya dair açıklamaları içeren onam formunu imzalamıştır.

Sanal Top Deney Düzenegi: Katılımcıların top atma oyununu internet aracılığıyla birbirlerine bağlı olduğu söylenen bilgisayarlar üzerinden oynamalarını içermektedir. Katılımcılara, zihinde görselleştirmenin bireyin performansı üzerinde ne kadar etkili olduğunu incelemenin amaçlandığı bir araştırmada yer aldıkları ve tek yapmaları gerekenin kendilerine top geldiği zaman diğer 2 (bazı araştırmalarda 3) oyuncudan birine atmaları olduğu söylenmektedir. Paravan öykünün inandırıcılığını sağlayabilmek amacıyla, oyun bittikten sonra katılımcılardan oyun süresince zihinlerinde canlandırdıkları ortamı betimlemeleri istenmektedir. Paravan öykü bireylerin tepkilerinin olumlu ya da olumsuz yönde değişmesine engel olmak için kullanılmakta ve işlem yolu sonunda katılımcılara deneyin asıl amacı açıklanmaktadır. Sanal top deney düzenegi kullanılarak yürütülen araştırmalar bu deney düzeneginin psikolojik dışlanma durumunun değişimlenmesinde oldukça etkili olduğunu göstermiştir (34).

İstatistiksel Analizler

Araştırma değişkenleri arasındaki ilişkilerin belirlenmesi için gerekli koşulların karşılanması amacıyla yapılan korelasyon analizlerinin sonrasında çalışmada hiyerarşik regresyon analizleri yürütülmüştür. Yapılan analiz kapsamında ilk aş-

mada ebeveynlik biçimleri (Kuralcı/Kalıplayıcı, Küçümseyici/Kusur Bulucu, Duygusal Bakımdan Yoksun Bırakıcı, Sömürücü/İstismar Edici, Aşırı Koruyucu/Evhamlı, Koşullu/Başarı Odaklı, Aşırı İzin Verici/Sınırsız, Kötümser/Endişeli, Cezalandırıcı, Değişime Kapalı/Duygularını Bastıran Ebeveynlik biçimleri olmak üzere anne ya da baba formu için on altı boyut) ikinci aşamada erken dönem uyumsuz şemalar (Kopukluk ve Reddedilmişlik, Zedelenmiş Otonomi ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğerleri Yönelimsizlik ve Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık olmak üzere beş şema alanı), üçüncü aşamada psikolojik belirtiler (kaygı, depresyon, düşmanlık, kişilerarası duyarlılık, obsesif-kompulsif, paranoid düşünce, fobik kaygı, psikotizm ve somatizasyon olmak üzere dokuz altı boyut) denkleme alınmıştır.

BULGULAR

Bulgulara ait değişkenler arasındaki korelasyonlar Tablo 1'de sunulmuştur. Buna göre; benlik değeri ihtiyacı, kötümser/endişeli baba ebeveynlik biçimi ile ($r=.241$, $p<.01$) olumlu yönde; psikolojik belirtilerden kişiler arası duyarlılık alt ölçeği ($r=-.219$, $p<.01$) ve fobik kaygı alt ölçeği ile ($r=-.179$, $p<.01$) olumsuz yönde ilişkilidir. Kontrol ihtiyacının ise kötümser/endişeli ($r=.289$, $p<.001$) ve aşırı izin verici ($r=.210$, $p<.01$) baba ebeveynlik biçimleriyle olumlu yönde ilişki içerisinde olduğu görülmüştür. Anlamli varoluş ihtiyacının ise kötümser/endişeli

($r=.267$, $p<.001$) baba ebeveynlik biçimi ile olumlu yönde ilişkisi vardır. Ait olma ihtiyacının ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler değişkenleriyle arasında anlamlı bir ilişki görülmemiştir.

Ebeveynlik Biçimleri İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Benlik değeri değişkeni için baba ebeveynlik biçimleri ile oluşturulan model anlamlıdır ve varyansın %17,3'ünü açıklamaktadır, $R=.416$, $R^2=.173$, $F(10,122)=2.546$, $p<.01$. Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimi benlik değerini yordamaktadır, $Beta=-.292$, $t(122)=-2.806$, $p<.01$. Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin de benlik değerini yordadığı görülmüştür, $Beta=.290$, $t(122)=2.678$, $p<.01$. Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki artışı yordamaktadır. Bulgular Tablo 2A'da sunulmuştur.

Kontrol ihtiyacı ile baba ebeveynlik biçimleri arasında da istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki saptanmıştır ve varyansın %17'sini açıklamaktadır, $R=.412$, $R^2=.170$, $F(10,122)=2.501$, $p<.01$. Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin kontrol ihtiyacındaki değişimi yordadığı görülmüştür,

Tablo 1: Değişkenler Arasındaki Korelasyon Katsayıları

	Kötümser /Endişeli	Koşullu/Başarı Odaklı	Aşırı İzin Verici/Sınırsız	Cezalandırıcı	Kaygı	Kişilerarası Duyarlılık	Fobik Kaygı
Ait Olma	.142	-.133	.051	.046	.142	-.126	.026
Benlik Değeri	.241*	-.161	.086	.024	.050	-.219*	-.179*
Kontrol İhtiyacı	.289**	-.014	.210*	.012	.153	-.026	.019
Anlamli Varoluş	.267**	-.056	.160	-.014	.012	-.151	-.170

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Beta=.262, $t(122)=2.309$, $p<.05$.
Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin de kontrol ihtiyacını yordadığı görülmüştür, Beta=.275, $t(122)=2.553$, $p<.05$. Cezalandırıcı ebeveynlik biçimi de kontrol ihtiyacını yordayan değişkenler arasındadır, Beta=-.189, $t(122)=-1.981$, $p<.05$. Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki artışı yordamaktadır. Cezalandırıcı ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Bulgular Tablo 2B'de sunulmuştur. Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç anne ebeveynlik biçimleri tarafından yordanmazken; anlamlı varoluş ihtiyacı baba ebeveynlik biçimleri tarafından da yordanmamaktadır.

Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından olan benlik

değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür ($R=.447$, $R^2=.200$, $F(9, 123) = 3.416$, $p<.01$). Psikolojik belirtilerin benlik değeri üzerinde yordayıcı bir rolü olduğu ve psikolojik belirtilerin varyansın %20'sini açıkladığı görülmüştür. Semptom Değerlendirme Ölçeği (SA-45)'nin kaygı alt ölçeğinden alınan puanın benlik değerini yordadığı elde edilen bulgular arasındadır, Beta=.293, $t(123)=2.112$, $p<.05$. Bir diğer bulgu ise, fobik kaygı alt boyutunun da benlik değerini yordadığıdır, Beta=-.300, $t(123)=-2.581$, $p=.01$. Buna ek olarak kişilerarası duyarlılığın benlik değerini yordama gücüne sahip olduğu görülmüştür, Beta =-.501, $t(123)=-3.689$, $p<.001$. Kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değerindeki artışı; fobik kaygı puanındaki artış benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Ek olarak kişiler arası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Bulgular Tablo 2C'de sunulmuştur. Ait olma, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarındaki değişimin psikolojik belirtiler tarafından yordanmadığı görülmüştür. Bulgular Tablo 2'de sunulmuştur.

Tablo 2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ebeveynlik Biçimleri Ve Psikolojik Belirtiler ile Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkiye Ait Hiyerarşik Regresyon Analizi Sonuçları

	R^2	F	P	
A	.173	2.546**	.008	
Benlik Değeri	B	β	T	P
Kötümser/Endişeli	.250	.290	-2.806**	.006
Koşullu/Başarı Odaklı	-.232	-.292	-2.678**	.008
	R^2	F	P	
B	.170	2.501**	.009	
Kontrol	B	β	T	P
Aşırı İzin Verici/Sınırsız	.239	262	2.309*	.023
Kötümser/Endişeli,	.202	.275	2.533**	.013
Cezalandırıcı	-.189	-.189	-1.989*	.050
	R^2	F	P	
C	.200	3.416**	.001	
Benlik Değeri	B	β	T	P
Kaygı	.377	.293	2.112*	.037
Fobik Kaygı	-.564	-.300	-2.581**	.011
Kişilerarası Duyarlılık	-.668	-.501	-3.689***	.000

* $p<.05$, ** $p<.01$, *** $p<.001$

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar Arasındaki İlişkinin İncelenmesi

Yapılan Hiyerarşik Regresyon Analizi sonuçlarına göre beş şema alanı ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutları arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olmadığı görülmüştür.

TARTIŞMA

Üniversite öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar (ait olma, benlik değeri, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçları) arasındaki ilişkiyi incelemek amacıyla yürütülen çalışmanın bulguları alanyazın ışığında tartışılmıştır.

Ebeveynlik Biçimleri İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar

İlk olarak, ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar arasındaki ilişkiye ait bulgular değerlendirildiğinde, babaya ilişkin ebeveynlik biçimleri ile psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçlardan benlik değeri ve kontrol arasında anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki düşüşle ilişkilidir. Sergilenen Koşullu/Başarı Odaklı baba ebeveynlik biçimine maruz kalan katılımcıların psikolojik dışlanma oturumunu performans sergileyecek ve başarılı olunacak bir etkinlik olarak görmesi ve çalışmada kendilerine top atılmamasını kendilerinin başarısız olduğuna bir kanıt olarak değerlendirerek benlik değerinde düşme yaşadıkları sonucun olası bir açıklaması olabilir. Benlik değerine ilişkin bir başka bulgu, babanın sergilediği Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artışın benlik değerindeki artış ile ilişkili olduğudur. İşlevsel olmayan bir ebeveynlik ile ilişkili olarak benlik değerinde artış görünmesi beklenmedik bir bulgu olarak düşünülebilir. Bir yorum, benlik değerinin tehdit altına girdiği durumlarda bir savunma mekanizması olarak benlik değerine hizmet eden yanlılığın devreye girip, bireyin var olan durumu gerçekte olduğundan farklı bir biçimde algılamasını ya da yorumlamasını sağla-

arak benlik değerinin zedelenmesini engellediği önerisine dayandırılabilir (35). Bu yanlılığın katılımcıyı Kötümser/Endişeli bir ebeveynin tehdidinden koruduğu söylenebilir. Bu açıdan, benlik değerindeki artış aslında ŞTM'deki aşırı telafi mekanizmasına ya da moduna karşılık geliyor olabilir. Diğer bir yorum olarak da, endişeye dayalı bu ebeveynlik biçimleri, kültürümüzde yaygın olarak görülmekte ve aşırı koruma sınıfında yer almaktadır. Dolayısıyla, çocuk tarafından aşırı poh-pohlanma/şımartılma olarak yaşantılanan bu süreç olumsuz durumlarda kırılan benliği koruma amacıyla benlik değerinde artış olarak kendini gösterebilir.

Bir diğer değişken olan kontrol ihtiyacına yönelik olarak, Aşırı İzin Verici/Sınırsız baba ebeveynlik biçimindeki artışın kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığı görülmüştür. İzin verici ebeveynlik genellikle kabulün ve sıcaklığın yüksek olduğu; ancak denetimin ve çocuktan beklentilerin düşük olduğu ebeveynlik biçimidir. Bu ebeveynlik biçimi ile yetişen çocukların kendini düzenleme ya da kontrol etme, duygularını kontrol etme ve sorumluluk alma gibi konularda sorunlar yaşadığı bulunmuştur (36). Yazar tarafından yapılan sınıflamada izin verici ebeveynlik olarak tanımlanan ebeveynlik ile ŞTM'nin önerdiği Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin bir ölçüde örtüştüğü kabul edilirse Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçimi ile yetişen bireyin kendi kontrolü üzerinde daha fazla çaba sarf etmesinin, bir başka ifadeyle kontrol ihtiyacındaki artışın alanyazın ile tutarlı olduğu söylenebilir. Kontrol ihtiyacına yönelik olarak, dikkat çekici bir diğer bulgu ise, Kötümser/Endişeli baba ebeveynlik biçimindeki artışın kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığıdır. Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimine sahip bir babayla yaşayan katılımcıların rol model alma yolu ile olumsuz sonuçlardan kaçınmak için eylemlerinin kontrol altında olmasına fazla önem verdikleri ve bu nedenle psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlardan biri olan kontrol boyutunda daha yüksek puan almaları beklenen bir sonuç olabilir. Benzer bir şekilde, Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçiminin çocuğun davranışlarına kaygı ile yaklaşılmasını içerdiği düşünülürse, bireyin kontrol ihtiyacının artması anlaşılır bir sonuç olmaktadır. Kontrol ihtiyacını yordayan bir diğer değişken ise, Cezalandırıcı baba ebeveynlik biçimi olup, bu

ebeveynlik biçimindeki artış kontrol ihtiyacındaki düşüşü yordamaktadır. Babanın çocuğu yaptıkları ya da yapmadıkları nedeniyle davranışsal ya da duygusal olarak cezalandırması çocuğun hiçbir şekilde kendine edilen kötü muamelenin kontrolünün kendi elinde olmadığı inancını pekiştirebilir. Bu nedenle Cezalandırıcı baba ebeveynlik biçimi ile katılımcının kontrol puanındaki düşme arasındaki ilişki akla yakın görünmektedir. Katı bir disiplin altında, yeterli duygusal destekten yoksun, kurallara mutlak itaat edilmesi beklenen yetkeci ebeveynlik biçimi ile büyütülen çocukların yüksek kaygı gibi sorunlar yaşadıkları ve genellikle saldırganlık gibi olumsuz davranışlar gösterdikleri bulunmuştur (37,38). Cezalandırıcı ebeveynlik biçiminin de kurallara uyulmadığı zaman sergilenmiş olabileceği düşünüldüğünde çocuğun yaşadığı stres ve stresi takiben ortaya çıkan kaygı nedeniyle kontrol ihtiyacının tehdidinde artış olması; daha açık bir ifadeyle bireyin kontrol ihtiyacının tehdit altına girmesi biraz daha netlik kazanmaktadır.

Psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlarla anne ebeveynlik biçimleri arasında anlamlı bir ilişki bulunamazken baba ebeveynlik biçimleri arasında bulunması anne ve babaların ebeveynlik biçimleri farkından olabileceği gibi kültürel bir taraflılıktan da olabileceği şeklinde yorumlanabilir. Ayrıca, psikolojik belirtilerin yordanması açısından, anne ve babalara ilişkin algılanan ebeveynlik biçimlerinde farklı örüntüler olduğu dikkati çekmektedir (14).

Psikolojik Belirtiler İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar

İkinci olarak, erken dönem uyumsuz şemalarla psikopatoloji arasındaki kuramsal bağdan hareketle yapılan analizlerin sonuçlarına göre psikolojik belirtiler ile psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaç boyutlarından benlik değeri arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki olduğu görülmüştür. Bulgulara göre, kişilerin kaygı puanındaki artış benlik değerindeki artış; fobik kaygı puanındaki artış benlik değerindeki düşüşü; kişiler arası duyarlılık puanındaki artış ise benlik değerindeki düşüşü yordamaktadır. Alanyazın incelendiğinde sosyal açıdan kaygılı katılımcıların tehdit edilen ihtiyaçlarının eski haline dönmesi ve başarılı bir

kendini düzenleme gerçekleştirebilmelerinin sosyal kaygısı düşük olan bireylerden daha uzun zaman aldığı gözlenmiştir (5). Bu bağlamda düşünüldüğünde sosyal kaygı puanı yüksek bireylerin psikolojik dışlanmadan farklı şekilde etkilenmeleri daha anlaşılır olabilir. Bunun yanı sıra, Semptom Değerlendirme Ölçeği'nin fobik kaygı alt boyutundaki maddelerin günlük hayattaki işlevselliğin zedelenmesinin bir yansıması olan psikolojik belirtilerle daha fazla örtüştüğü düşünülürse benlik değerindeki düşüşün beklenen bir sonuç olması güçlenebilir. Ancak kaygı alt boyutunun benlik değerini pozitif yönde yordaması beklenen bir sonuç değildir. Katılımcıların fobik kaygı ve kaygı alt boyutundaki maddeleri bir arada görmeleri sonucu kaygı boyutundaki maddeleri fobik kaygı boyutundaki maddelerle karşılaştırınca daha az puanlanmış olabilecekleri elde edilen bulgunun bir açıklaması olabilir. Bu açıdan, benlik değeri yanlışlığının kaygı boyutunda da devreye girdiği söylenebilir. Çalışmanın bir diğer bulgusu ise kişiler arası duyarlılık puanındaki artışın benlik değerindeki düşüşü yordadığıdır. Kişiler arası duyarlılık boyutu, bireyin diğerleriyle ilişkileri hakkında nasıl hissettiği, kendine ilişkin değersizleştirilmesi, diğer insanların arkadaşça olmadığı bunun yanı sıra diğerleri ile konuşurken ya da diğerleri tarafından izlenirken stres hissetmesi hakkında soruları içermektedir. Bu alt ölçekten alınan puanlardaki yükselmenin ve katılımcıların dışlanma oturumu sonrası benlik değerlerindeki düşmenin, soruların içeriğine bağlı olarak diğerleriyle kurulan ilişkilerdeki yetersizlik ve kendilerine yönelik değersizleşme algısı ile örtüştüğü söylenebilir. Daha önce de aktarıldığı gibi daha hafif sorunlardan daha ağır psikopatolojilere uzanan psikolojik belirtilerin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkisini gösteren pek çok çalışma yapılmıştır (18,19). Benzer şekilde, erken dönem uyumsuz şemaların olumsuz çocukluk yaşantıları ile yetişkin psikopatolojisi ilişkisine aracı değişken olarak yön verdiği bilinmektedir (20). Buradan hareketle psikolojik belirtilerden fobik kaygı ve kişiler arası duyarlılık boyutlarındaki artış ile benlik değeri arasındaki düşüş arasındaki ilişki akla yatkın hale gelmektedir. Buna karşın, ait olma, kontrol ve anlamlı varoluş ihtiyaçlarının psikolojik belirtiler tarafından yordanmadığı yapılan analizler sonucu elde edilen bir bulgudur. Bunun bir açıklaması olarak, çalışmaya katılan bireylerin psikolojik belir-

tiler açısından heterojen bir dağılıma sahip olmayan üniversite öğrencileri olması olarak düşünülebilir. Bir diğer açıklama ise psikolojik dışlanmanın ve bireylerin sahip olduğu psikolojik belirtilerin erken dönem uyumsuz şemaları harekete geçirmemesi, bunun ötesinde psikolojik belirtilerin de söz konusu ihtiyaçlar üzerinde yordayıcı bir rolü olmamasıdır. Elde edilen bulgunun bir başka açıklaması katılımcıların psikolojik dışlanma oturumunda oynadıkları oyunun gerçekliği konusundaki tereddütleri olmaları olabilir. Psikolojik dışlanma işlem yolunun internet temelli bir oyun yerine katılımcılarla beraber aynı ortamda fiili olarak bulunan anlaşmalı katılımcılardan oluşan başka bir deney düzeneğiyle (örn. tanışma deney düzeneği) çalışılmasının yararlı olacağı düşünülmektedir (39). Psikolojik dışlanmanın iç grup üyeleri tarafından uygulandığında daha çok acı verdiği alanyazından edindiğimiz bir bilgidir (40). Bu bilgiyle tutarlı olarak, çalışmada, bireylerin tanımadıkları kişilerle psikolojik dışlanma oturumuna katılmaları ait olma ihtiyacına ilişkin elde edilen sonuçları açıklayabilir. Şöyle ki, kontrol ihtiyacına yönelik bulgulara ilişkin değinilecek ilk nokta, deney sırasında topun katılımcılara en başta bir kaç kere olmak üzere gelmesi, oyunun devamında bir daha hiç gelmemesidir. Buna rağmen deney sonrasında araştırmacı, katılımcılardan oyunun nasıl geçtiğini değerlendirmelerini istediğinde bazı katılımcıların topun kendilerine daha fazla geldiğini belirttikleri gözlemlenmiştir. Bu bildirim göre, katılımcıların yaşadıkları dışlanma deneyimini görmezden geliyor ya da azımsıyor olabilecekleri bu nedenle de bir ilişki bulunamadığı düşünülebilir.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar İle Psikolojik Dışlanmanın Tehdit Ettiği İhtiyaçlar

Üçüncü olarak, çalışmanın sonuçlarına göre, beş şema alanının psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçları yordamadığı görülmüştür. Elde edilen bulgunun dört temel ihtiyacı kapsayan olası açıklamalarından ilki, araştırmada kullanılan deney düzeneğinin sosyal psikoloji kurgulamalarına daha yakın olması ancak klinik psikoloji bağlamında yürütülecek çalışmalar için şema aktivasyonunu sağlayacak farklı düzeneklere yönelmenin gerekli olması ile ilgili olabilir. Dışlanma deneyimlerinin düzensiz aralıklarla ve nadir olduğu durumlarda, hedefin başa çıkma stratejilerinin duygusal stres-

lerinden kurtulmalarına, tehdit edilen psikolojik durumların güçlenmesine ve duygu durumlarının gelişmesine olanak tanıdığı bilinmektedir (41). Bir diğer açıklama ise bireylerin görece kendilerine yakın olmayan kişilerle çalışmaya katılmaları olabilir. Erken dönem uyumsuz şemaların çoğunlukla bireyin süregelen bir şekilde ilişkide olduğu önemli diğer kişiler tarafından tetiklendiği, çalışmada ise bireylerin tanımadıkları ve bir daha görmeyeceklerini düşündükleri kişilerle psikolojik dışlanma oturumuna katıldıkları göz önüne alınacak olursa elde edilen bulgu netlik kazanmaktadır (42). Bir başka açıklama psikolojik dışlanma sonucunda katılımcının duygu durumunda oluşan hissizliğin bireyin bilişsel süreçlerini de kısmen sekteye uğratması ve bu durumun da tehdit edilen ihtiyaç tür ve düzeylerinde bir değişme yaratmaması; daha açık bir ifadeyle katılımcının "nötr" bir tepki vermesidir. Bu bulgu, psikolojik dışlanma karşısında bireylerin ilk olarak verdikleri tepkinin hissizlik olduğunu öne süren araştırma bulgularıyla tutarlıdır (43). Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçları yordamamasının ŞTM açısından bir diğer açıklaması da şema modları ile yapılabilir. Young ve arkadaşları, şema modlarını bireyin hassas olduğu yaşam olayları tarafından tetiklenen anlık duygusal değişimler ve uyumlu ya da uyumsuz olabilen başa çıkma tepkileri ile tanımlanan farklı şemaların aynı anda aktive olduğu kümeler olarak açıklamaktadır (11). Psikolojik dışlanma karşısında bireyler yaşadığı stresle başa çıkabilmek için, duygusal geri çekilme, iletişimsizlik, izolasyon ve davranışsal kaçınma ile tanımlanan uyumsuz baş etme modlarından biri olan "Kopuk Korungan" şema moduna giriyor ve bu nedenle dışlanma gerçekliğini yadsıyor olabilirler. Erken dönem uyumsuz şemaların psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği dört temel ihtiyaç ile ilişkisine yönelik genel açıklamalara ek olarak, psikolojik dışlanma alanyazını incelendiğinde grubun çoğunluğu tarafından dışlanmanın ait olma ihtiyacı üzerinde ciddi bir tehdit oluşturduğu bulgusu dikkat çekmektedir (44). Buradan hareketle, psikolojik dışlanma oturumlarında katılımcılar daha fazla kişi tarafından dışlanmış olsalardı ait olma ihtiyacındaki düşüş daha belirgin olabilirdi. Ait olma ihtiyacına ilişkin bulguların bir diğer açıklaması ise, yeniden bağ kurma hipotezi ışığında yapılabilir (45). Bu hipoteze göre dışlanma bazen bireyin gruba yeniden kabul edilmeye yönelik tepki verme-

sine ve davranışlar sergilemesine neden olmaktadır. Bireyin gruba tekrar kabul edilmeye yönelik davranışlarda bulunmasının öncüllerinden bir tanesi de kendisi dışlayan grubun bir parçası olarak görmesidir. Kontrol ihtiyacına yönelik dikkat çekici bir diğer gözlem ise, bazı katılımcıların dışlanma sonrasında değerlendirme formundaki sorulara verdikleri yanıtlarda göze çarpmaktadır. Bazı katılımcılar deneyde ilk başta kontrolün kendilerinde olduğunu; fakat daha sonra oyunun işleyişinde herhangi bir etkileri olmadığını düşündüklerini bildirmişlerdir. Kontrol algısının yitirilmesinin bireyin benlik değeri için bir tehdit olduğu ya da benlik değerindeki düşüşe neden olabileceği bilinmektedir (46). Kontrol algısına yönelik bir tehdidin dolaylı olarak benlik değeri ile ilişkili olduğu öne sürülürse, benlik değerine hizmet eden yanlılığın burada da devreye girdiği söylenebilir. Erken dönem uyumsuz şemaların anlamlı varoluş ihtiyacı ile anlamlı bir ilişki kurulamaması Stillman ve arkadaşlarının ortaya koyduğu gibi anlamlı varoluş için daha yaygın bir "anamlılığ" temsil eden bir ölçüme ihtiyaç duyulmasından kaynaklanıyor olabilir (47).

Sonuç ve Öneriler

Araştırma sonuçlarına göre, psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlar üzerinde ebeveynlik biçimlerinin katkısı incelendiğinde, babanın sergilediği Koşullu/Başarı Odaklı ebeveynlik biçimindeki artış benlik değerindeki düşüşü; Kötümser/Endişeli ebeveynlik biçimindeki artış ise benlik değerindeki artışı yordamaktadır. Babanın sergilediği Kötümser/Endişeli ve Aşırı İzin Verici/Sınırsız ebeveynlik biçiminin, kontrol ihtiyacındaki artışı yordadığı elde edilen bir diğer bulgudur. Algılanan kontrol ihtiyacındaki düşüşün ise babanın sergilediği Cezalandırıcı ebeveynlik biçimindeki artış tarafından yordandığı dikkat çekmiştir. Psikolojik belirtilerle benlik değeri arasındaki ilişkide, benlik değerindeki düşme kişilerin fobik kaygı ve kişiler arası duyarlılık puanındaki artış tarafından yordandığıdır. Kaygı puanındaki artış ise benlik değerindeki artışı yordamaktadır. Ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin ötesinde erken dönem uyumsuz şemaların dört temel ihtiyaç üzerinde bir katkısı olmadığı dikkat çekmiştir.

Bu çalışmanın güçlü yönlerinden ilki, araştırmanın erken dönem uyumsuz şemalar, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerle psikolojik dışlanmanın tehdit ettiği ihtiyaçlarla ilişkisini gelişimsel bir arka plan ile ele alması bunun yanı sıra klinik psikoloji ve sosyal psikoloji disiplinlerini bütünleştirmesine yönelik alanyazında yapılan ilk çalışma olmasıdır. Bu çalışmanın Türkiye'de yapılacak ilgili diğer çalışmalar için yol gösterici olacağı düşünülmektedir.

Çalışmanın klinik doğrularını ele aldığımızda, psikolojik dışlanmanın kalıcı olumsuz etkilerinin hangi katılımcıları diğerlerinden daha hassas hale getirdiğini belirlemenin katılımcılara başa çıkma stratejileri gibi gereken müdahaleleri öğretmek açısından önemli olduğu görülmektedir. Psikolojik dışlanmanın kalıcı olumsuz etkilerini azaltmanın, sadece hedef için değil aynı zamanda hedefle gelecekte iletişim kuracak diğer insanlar için de yarar sağlayacağı çalışmanın bir diğer klinik doğrusudur. Klinik müdahaleler açısından önemli olan bu doğru, psikolojik dışlanmanın başlangıçta herkesi olumsuz etkilediği; ancak bazı insanlarda bu etkilerin daha uzun sürdüğü bilgisiyle de örtüşmektedir (48). Çalışmanın klinik doğrularından sonuncusu ise, ŞTM'de yapılan pek çok müdahalenin temeli olan ilişkisel bir teknik olarak kabul edilen uygun sınırlar içerisinde danışana çocuklukta karşılanmamış ihtiyaçlarını sağlamayı hedefleyen "sınırlı yeniden ebeveynlik" kavramının psikolojik dışlanmadan etkilenen bireylerin tehdit edilen ihtiyaçlarının doyurulması, kişiler arası ilişkilerinin geliştirilmesi yönünde yardım sağlaması ve bireyin şemalarının işlevsel olmayan örüntülerine teslim olması ya da onlardan kaçınması yerine "sağlıklı yetişkin" tarafının güçlenmesi gibi psikoterapötik müdahalelerde kullanılma olanağı sağlaması açısından önemli olmasıdır.

Araştırmanın bulgularını ve sonuçlarını değerlendirirken bazı sınırlılıkların göz önünde bulundurulmasında yarar vardır. Örnekleme ilişkin bir sınırlılık, ölçek bataryasını dolduran her katılımcının araştırmanın deney kısmına katılmaması, dolayısıyla araştırmada ele alınan değişkenlerden yüksek puan alanların baştan kaybedilmiş olmaları olasılığıdır. Araştırmanın bir diğer sınırlılığı özellikle Young Ebeveynlik Ölçeği için ölçeklerin erken dönem yaşantılara ilişkin geçmişi hatırlamaya da-

yalı olmasıdır. Ölçeklerle ilgili bir diğer sınırlılık ise klinik psikoloji ve sosyal psikoloji disiplinlerinin inceledikleri yapıları kavramsal olarak farklı şekilde açıklıyor olabilecekleri, bu nedenle incelenen değişkenler arasındaki ilişkilerin sonuçları ve genellenbilmesinde güçlükler doğurmasıdır. Bu nedenlerle, bulgular bu sınırlılıklar çerçevesinde değerlendirilmelidir.

Araştırmanın yukarıda değinilen sınırlılıklarının giderilerek daha derinlemesine bilgiler elde edilebilmesi, gelecekte yapılacak çalışmalara ilişkin öneriler doğrultusunda mümkündür. Bireylerin yabancılar tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakılmalarına oranla yakınları tarafından psikolojik dışlanmaya maruz bırakıldıklarında daha fazla rahatsızlık bildirdikleri bir çalışmaya (42) dayanarak ilk önerinin, katılımcıların tanımadıkları ve bir daha görmeyeceklerini düşündükleri katılımcılar yerine yakınlarından oluşan bir grupla çalışmaya alındıklarının söylenmesinin katkı sağlayabileceği olduğu düşünülmektedir. Ayrıca, psikolojik dışlanmanın bireylerin erken dönem uyumsuz şemaları, ebeveynlik biçimleri ve psikolojik belirtilerle ilişkisi açıklandıkça bu alanlarda koruyucu önlemler alınabileceği ya da psikolojik dışlanmaya maruz kalan bireylerle iletişime geçilebilirse psikolojik dışlanmanın doğurduğu olumsuz sonuçları en aza indirmeye veya ortadan kaldırmaya yönelik adımlar atılabileceği düşünülmektedir. Girişte de belirtildiği gibi gözlenen düşük benlik değerinin depresyon, ruh sağlığı ve fiziksel sağlıkta sorunlar, düşük ekonomik hal ve suç işleme oranında artış gibi pek çok olumsuz sonuçla bağlantılı olduğuna yönelik pek çok çalışma vardır (9,10). Çalışmamızın sonuçları bazı baba ebeveynlik biçimlerinin ve psikolojik belirtilerin benlik değerinde düşmelerle ilişkili olduğunu göstermektedir. Bu açıdan, benlik değerindeki düşmelere neden olan etmenlerden ebeveynlik biçimlerine yönelik çalışmalar yapılabilirse ve benlik değerindeki düşmelerin önüne geçilebilirse yaşamın geneline yayılan ve psikolojik açıdan olumsuz olan pek çok olasılığın önüne geçilebileceği düşünülmektedir. Çalışmanın, ebeveynlik biçimleri ile benlik değeri ve kontrol ihtiyacı arasındaki ilişkiye ait bulguları ve olumlu bir ebeveynlik biçimi ile yetişen çocukların ebeveynlerinin değerler sistemini içselleştirdikleri, yüksek psikolojik uyuma ve farklı alanlarda başarıya sahip oldukları bilgisi bir

arada göz önüne alınacak olursa, ebeveynlik biçimlerine yönelik erken ve iyileştirici müdahalelerin hem bireyler üzerindeki yıkıcı etkilerinin önlenmesi hem de psikolojik dışlanma tarafından tehdit edilen ihtiyaçların tatmini açısından katkı sağlayabileceği düşünülmektedir.

Son olarak gelecekteki çalışmalarda psikolojik dışlanmayı değişimleyecek farklı bir deney düzenine kullanılması ve psikolojik dışlanma olgusuna daha duyarlı olabilecek klinik örneklem üzerinde çalışılması önerilmektedir.

Yazışma adresi: Klin. Psk. Burcu Kömürçü. Ankara Üniversitesi Dil ve Tarih-Coğrafya Fakültesi, Psikoloji Bölümü, Ankara. komurcu@ankara.edu.tr

*Bu çalışma birinci yazarın Hacettepe Üniversitesi Klinik Psikoloji Tezli Yüksek Lisans Programında, ikinci yazarın danışman olduğu yüksek lisans tez çalışmasının bir bölümünü içermektedir.

KAYNAKLAR

1. Baumeister RF, Leary MR. The need to belong: Desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychol Bull* 1995; 117(3):497-529.
2. Williams KD. Ostracism. *Annu Rev Psychol* 2007; 58:425-452.
3. Williams KD. Ostracism: The kiss of social death. *Soc Personal Psychol Compass* 2007; 1:236-247.
4. Zadro L, Boland C, Richardson R. How long does it last? The persistence of the effects of ostracism in the socially anxious. *J Exp Soc Psychol* 2006; 42:692-697.
5. Oaten M, Williams KD, Jones A, Zadro L. The effects of ostracism on self-regulation in the socially anxious. *J Soc Clin Psychol* 2008; 27 (5):471-504.
6. Wirth JH, Lynam DR, Williams KD. When social pain is not automatic: Personality disorder traits buffer ostracism's immediate negative impact. *J Res Pers* 2010; 44:397-401.
7. Witvliet M, Brendgen M, Van Lier, PA, Koot HM, Vitaro F. Early adolescent depressive symptoms: Prediction from clique isolation, loneliness, and perceived social acceptance. *J Abnorm Child Psychol* 2010; 38:1045-1056.
8. Sebastian C, Viding E, Williams, KD, Blakemore SJ. Social brain development and the affective consequences of ostracism in adolescence. *Brain Cogn* 2010; 72:134-145.
9. Orth U, Robins RW ve Widaman KF. Life-span development of self-esteem and its effects on important life outcomes. *J Pers Soc Psychol* 2012; 102:1271-1288.
10. Steiger AE, Allemand M, Robins RW, Fend HA. Low and Decreasing Self-Esteem During Adolescence Predict Adult Depression Two Decades Later. *J Pers Soc Psychol* 2014; 106 (2):325-338.
11. Young JE, Klosko JS, Weishaar ME. *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York The Guilford Press, 2003.
12. Harris AE, Curtin L. Parental perceptions, early maladaptive schemas and depressive symptoms in young adults. *Cognit Ther Res* 2002; 26:405-416.
13. Murris P. Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relation to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychological symptoms. *Clin Psychol Psychother* 2006; 13:405-413.
14. Soygüt G, Çakır Z. Ebeveynlik biçimleri ile psikolojik belirtiler arasındaki ilişkilerde kişilerarası şemaların aracı rolü: Şema odaklı bir bakış. *Türk Psikiyatri Derg* 2009; 20(2):144-152.
15. Thimm JC. Mediation of early maladaptive schemas between perception of parental rearing style and personality disorders symptoms. *J Behav Ther Exp Psychiatry* 2010; 41:52-59.
16. Terri L, Messman-Moore TL, Coates AA. The impact of childhood psychological abuse on adult interpersonal conflict. *Journal of Emotional Abuse* 2007; 7(2):75-92.
17. Wright MO, Crawford E, Del Castillo D. Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: The mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse Negl* 2009; 33 (1): 59-68.
18. Atalay H, Atalay F, Karahan D, Çalışkan M. Early maladaptive schemas activated in patients with obsessive compulsive disorder: A cross-sectional study. *Int J Psychiatry Clin Pract* 2008; 12:268-279.
19. Ball SA, Cecero, JJ. Addicted patients with personality disorders: Traits, schemas, and presenting problems. *J Personal Disord* 2001; 15:72-83.
20. Carr SN, Francis AJP. Early maladaptive schemas and personality disorder symptoms: An examination in a non-clinical sample. A preliminary investigation in a non-clinical sample. *J Psychol Psychother* 2010; 83:333-349.
21. Giesen-Bloo J, van Dyck R, Spinhoven P, van Tilburg W, Dirksen C, van Asselt T, Kremers I, Nadort M, Arntz A. Outpatient psychotherapy for borderline personality disorder: Randomized trial of schema-focused therapy vs transference-focused psychotherapy. *Arch Gen Psychiatry* 2006; 63:649-658.
22. Hedley LM, Hoffart A, Sexton H. Early maladaptive schemas in patients with panic disorder with agoraphobia. *J Cogn Psychother* 2001; 15:131-142.
23. Jovev M, Jackson HJ. Early maladaptive schemas in personality disordered individuals. *J Pers Disord* 2004; 18:467-478.
24. Özbaş AA., Sayın A, Coşar B. Üniversite sınavına hazırlanan öğrencilerde sınav öncesi anksiyete düzeyi ile erken dönem uyumsuz şema ilişkilerinin incelenmesi. *Bilişsel Davranışçı Psikoterapi ve Araştırmalar Dergisi* 2012; 1:81-89.
25. Pinto-Gouveia J, Castilho P, Gallardo A, Cunha M. Early maladaptive schemas and social phobia. *Cogn Ther Res* 2006; 30:571-584.
26. Soygüt G, Karaosmanoğlu A, Çakır Z. Erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesi: Young şema ölçeği kısa form-3'ün psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikiyatri Derg* 2009; 20(1):75-84.
27. Young JE, Klosko JS. *Reinventing your life*. New York: Plume Books, 1994.
28. Soygüt G, Çakır Z, Karaosmanoğlu A. Ebeveynlik biçimlerinin değerlendirilmesi: Young ebeveynlik ölçeğinin psikometrik özelliklerine ilişkin bir inceleme. *Türk Psikoloji Yazıları* 2008; 11(22):17-30.
29. Maruish ME. *Symptom Assessment-45 Questionnaire (SA-45)*. Edited by Maruish ME. (Ed.). *The Use of Psychological Testing for Treatment Planning and Outcomes Assessment* (2nd ed.) Lawrence Erlbaum Associates, 1999.
30. Epözdemir H. Turkish standardization of the Symptom Assessment-45 Questionnaire (SA-45). *Bilgi Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü, Yüksek Lisans Tezi*. 2009.
31. van Beest I, Williams KD. When inclusion costs and ostracism pays, ostracism still hurts. *J Pers Soc Psychol* 2006; 91:918-928.
32. Aydın O, Şahin DN. Psikolojik dışlanmaya maruz kalmanın bilişsel, duygusal ve davranışsal sonuçları. *TÜBİTAK Projesi, No: 109K904*. 2011.
33. Williams, KD, Jarvis, B. Cyberball: A program for use in research on interpersonal ostracism and acceptance. *Behav Res Methods*. 2006; 38 (1):174-180.

34. Boyes ME, French DJ. Having a cyberball: Using a ball-throwing game as an experimental social stressor to examine the relationship between neuroticism and coping. *Pers Individ Dif* 2009; 47(5):396-401.
35. Shepperd J, Malone W, Sweeny K. Exploring causes of the self-serving bias. *Soc Personal Psychol Compass* 2008; 2(2):895-908.
36. Spera C. A review of the relationship among parenting practices, parenting styles, and adolescent school achievement. *Educ Psychol Rev* 2005; 17(2):125-46.
37. Coplan RJ, Hastings PD, Lagace-Seguin DG, Moulton CE. Authoritative and authoritarian mother's parenting goals, attributions, and emotions across different childrearing contexts. *Parent Sci Pract* 2002; 2:1-26.
38. Mandara J. The typological approach in child and family psychology: A review of theory, methods, and research. *Clin Child Fam Psychol Rev* 2003; 6:129-146.
39. Wirth JH, Turchan PJ, Zimmerman AG, Bernstein MJ. Atimia: A novel group-based paradigm for manipulating ostracism and group members' performance. *Group Dyn* 2014; 18:251-266.
40. Wirth JH, Turchan PJ, Zimmerman AG, Bernstein MJ. Atimia: A novel group-based paradigm for manipulating ostracism and group members' performance. *Group Dyn* 2014; 18:251-266.
41. DeWall CN, Baumeister RF. Alone but feeling no pain: Effects of social exclusion on physical pain tolerance and pain threshold, affective forecasting, and interpersonal empathy. *J Pers Soc Psychol* 2006; 91:1-15.
42. Nezlek JB, Wesselmann ED, Wheeler L, Williams KD. Ostracism in everyday life. *Group Dyn* 2012; 16(2):91-104.
43. Gerber J, Wheeler L. On being rejected a meta-analysis of experimental research on rejection. *Perspect Psychol Sci* 2009; 4(5):468-488.
44. Chernyak N, Zayas V. Being excluded by one means being excluded by all: Perceiving exclusion from inclusive others during one-person social exclusion. *J Exp Soc Psychol* 2010; 46:582-585.
45. Maner JK, DeWall CN, Baumeister RF, Schaller M. Does social exclusion motivate interpersonal reconnection? Resolving the "porcupine problem". *J Pers Soc Psychol* 2007; 92(1):42-55.
46. Seligman MEP. Helplessness: On depression, development, and death. San Francisco: Freeman, 1975.
47. Stillman TF, Baumeister RF, Lambert NM, Crescioni AW, Dewall CN, Fincham FD. Alone and without purpose: Life loses meaning following social exclusion. *J Exp Soc Psychol* 2009; 45(4):686-694.
48. Sethi N, Moulds ML, Richardson R. The role of focus of attention and reappraisal in prolonging the negative effects of ostracism. *Group Dyn* 2013; 17(2):110-123.