

Çocukluk Dönemi Duygusal İstismarı ile Depresyon Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolüne İlişkin Bir Gözden Geçirme

A Review about the Mediating Role of Early Maladaptive Schemas in the Relationship between Childhood Emotional Abuse and Depression

Reyhan Arslan¹

¹Arş.Gör., İstanbul Medipol Üniversitesi

ÖZET

Çocuğun büyüme ve gelişmesini olumsuz yönde etkileyen her türlü davranış olarak tanımlanabilen çocuk istismarı yüzyıllardır var olan bir durum olmasına karşın, ancak son yüzyılda tıbbi ve sosyal açıdan önem kazanmaya başlamıştır. Türkiye’de de son yıllarda çocuk istismarına olan ilgi ve farkındalık giderek artmaktadır. Çocukluk dönemi istismarı alanında bu zamana kadar yapılan çalışmalarda fiziksel ve cinsel istismarın etkileri çokça araştırılmasına karşın, duygusal istismar ancak son yıllarda ayrı bir araştırma alanı olarak dikkat çekmeye başlamıştır. Çocukluk dönemi duygusal istismarı, erişkinler tarafından gerçekleştirilen, çocuğun kişiliğini zedeleyici ve psiko-sosyal gelişimini engelleyici eylemler olarak tanımlanır ve diğer istismar türlerine göre tanımlanması daha karmaşık, en az fark edilen ancak en sık rastlanan istismar çeşididir. Yapılan araştırmalarda, çocukluk döneminde duygusal istismara uğramış kişilerde yetişkinlik dönemine geldiğinde çeşitli ruhsal bozuklukların ortaya çıkabildiği; bunların içinde en sık karşılaşılan ruhsal bozukluğun ise depresyon olduğu görülmektedir. Ancak duygusal istismara maruz kalan herkes depresyona yakalanmadığından, duygusal istismar ve depresyon arasındaki ilişkide rol oynayabilecek aracı değişkenleri incelemek konuyu daha net bir şekilde anlamada yararlı olacaktır. Yapılan araştırmaların bulguları doğrultusunda, bu ilişkide aracılık eden en önemli değişkenlerden biri erken dönem uyumsuz şemalardır. Bu nedenle, bu yazıda çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantısı ile yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü incelenecektir.

Anahtar Sözcükler: Duygusal istismar, depresyon, erken dönem uyumsuz şemalar

(*Klinik Psikiyatri* 2016;19:202-210)

DOI: 10.5505/kpd.2016.42714

SUMMARY

Child abuse that may be defined as acts affecting child’s development adversely has been there for centuries; however, it has gained importance medically and socially in the last century. In recent years, the interest and awareness in child abuse have been increased in Turkey, as well. The different effects of childhood physical and sexual abuse have been excessively examined in the past studies; however, emotional abuse has been attracted much attention as a distinct topic in recent years. Childhood emotional abuse is defined as the acts of adults that impair the child’s personality and psychosocial development and it is more complicated, least recognized, but also the most common type of abuse when compared to other subtypes of abuse. There are many adverse effects of emotional abuse that appears in both childhood and adulthood. As indicated in research studies, depression is one of the most commonly encountered psychological disorders in people who had emotionally abused in childhood. However, not everyone who experiences emotional abuse will develop the disorder, so examining the role of the mediating factors in the relationship between childhood emotional abuse and depression is important for understanding the issue more clearly. One of the most significant factors that can mediate this relationship is early maladaptive schemas. Thus, in this review, the mediating role of early maladaptive schemas in the relationship between childhood emotional abuse and depression in adulthood will be examined.

Key Words: Emotional abuse, depression, early maladaptive schemas

GİRİŞ

Çocukluk dönemi istismarı, araştırmalarda genellikle fiziksel istismar, cinsel istismar, duygusal istismar ve ihmal (duygusal ve fiziksel) olarak dört ana başlıkta incelenmektedir. Çocuk istismarı ve ihmali, ebeveynler ya da birincil bakım veren tarafından çocuğa yöneltilen, toplumsal kurallar ve profesyonel kişilerce uygunsuz ya da hasar verici olarak değerlendirilen, çocuğun gelişimini engelleyen ya da olumsuz yönde etkileyen eylem ya da eylemsizliklerin tümüdür. Bu eylem ya da eylemsizliklerin sonucunda da çocuğun fiziksel, ruhsal, cinsel ya da sosyal açıdan zarar görmesi, sağlık ve güvenliğinin tehlikeye girmesi söz konusu olmaktadır (Taner ve Gökler 2004). Dünya Sağlık Örgütü (2016), çocuk istismarını "bir yetişkin tarafından bilerek veya bilmeyerek yapılan ve çocuğun fiziksel ve ruhsal sağlığını ve gelişimini olumsuz yönde etkileyen davranışlar" olarak tanımlamaktadır. Özetle, çocuk istismarı bir yetişkinin çocuğa karşı fiziksel veya psikolojik bakımdan kötü muamelesidir.

Çocuk istismarı yüzyıllardır var olan ve çeşitli kaynaklarda rastlanan bir durum olmasına karşın, ancak son yüzyılda dünyada çocuk istismarı konusu, gerek tıbbi, gerekse toplumsal açıdan giderek önem kazanmaya başlamıştır. Türkiye'de de son yıllarda çocuk istismarına olan ilgi ve farkındalık yeterli olmamakla birlikte artmaktadır (Tıraşçı ve Gören 2007).

Dünya Sağlık Örgütü'nün (2016) verilerine göre, tüm dünyada kadınların %20'si, erkeklerin ise yaklaşık %8'i çocukluklarında cinsel istismara uğramakta; tüm yetişkinlerin ise %25'i çocukluk döneminde fiziksel istismara uğramaktadır. Ayrıca kız çocuklar (%52) erkek çocuklara (%48) göre istismara daha sık maruz kalmaktadır (Jain 1999). 1993'te Amerika Birleşik Devleti'nde yapılan bir çalışmanın verilerine göre, çocukların yaklaşık %1'inin istismar, %1,5'inin de ihmale uğradığı görülmüş; ancak bu oranların gerçekte olduğundan daha düşük olduğu belirtilmiştir (Dubowitz 2002). Düşük yaygınlık oranlarının nedeninin ise, durumun yeterince bildirilmemesi, tanı konulmasındaki güçlükler, istismarın inkâr edilmesi ve gizli tutulması olduğu düşünülmüştür (Bahar ve ark. 2009).

Gerek kayıtların yetersizliği gerekse bu alandaki bilimsel çalışmaların yeterli sayıda olmaması ülkemiz için çocuk istismarının yaygınlığı konusunda kesin veriler bildirmeyi zorlaştırmaktadır (Tıraşçı ve Gören 2007).

Çocuk istismarı alanında yapılan çalışmalar, erken dönemde yaşanan bütün istismar türlerinin çocukta büyük bir sıkıntı ve stres yaratmasının yanı sıra, uzun vadede de mağdurun fiziksel ve zihinsel sağlığı üzerinde olumsuz etkileri olduğunu ortaya koymuştur (Mullen ve ark. 1996). Diğer bir deyişle, araştırmacılar çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantıların kişiyi yaşamı boyunca psikopatoloji geliştirmeye yatkınlaştırdığı konusunda hemfikir olmuşlardır (Armağan 2007). İstismar edilmiş ve/veya ihmal edilmiş çocuklara herhangi bir müdahale yapılmadığı takdirde, bu kişiler düşük benlik saygısı geliştiren ve kişilerarası ilişkilerde güçlükler yaşayan bireyler olabilmektedir (Bahar ve ark. 2009). Dolayısıyla çocuk istismarı, sürekliliği, çocuğa genellikle en yakınları (aile bireyleri) tarafından yapılıyor olması ve çocuk üzerinde yaşamının ilerleyen yıllarını dahi etkileyecek uzun süreli olumsuz etkilerinin olması nedeniyle oldukça önemli bir tıbbi ve sosyal sorundur (Yılmaz ve ark. 2003).

İstismar, gerek çocukluk döneminde gerekse yetişkinlik döneminde yarattığı olumsuz etkileri bakımından genel bir olgu iken; alan yazında genellikle belirli türlere ayrılarak incelenmektedir. Yazının ilerleyen bölümlerinde, ilgili alan yazında en çok ihmal edilmiş istismar çeşidi olan duygusal istismar ve etkileri aktarılacak, ardından depresyon ile ilişkisine değinilecek ve son olarak da duygusal istismar ile depresyon arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü incelenecektir.

1. Duygusal İstismar

Çocukluk dönemi istismarı alanında bu zamana kadar yapılan çalışmalarda fiziksel ve cinsel istismarın etkileri sıklıkla araştırılmasına karşın, duygusal istismar ancak son yıllarda ayrı bir araştırma alanı olarak dikkat çekmeye başlamıştır (Wright 2007). Duygusal istismar, oldukça sık görülen bir istismar çeşidi olmakla birlikte, fark etmekte,

tanımlamakta ve yasal olarak kanıtlamakta en çok güçlük yaşanan istismar türüdür (Glaser 2002; Tıraşçı ve Gören 2007). Başka bir deyişle, diğer istismar türlerine göre çocukluk dönemi duygusal istismarı; tanımlanması daha karmaşık, en çok gizlenen, en az fark edilen ve en az çalışılan ancak en sık rastlanan istismar çeşididir (Wright ve ark. 2009). Buna bağlı olarak, araştırmacılar da duygusal istismarın işevuruk tanımını yapmakta birtakım güçlükler yaşadıklarını rapor etmişlerdir; dolayısıyla, bu alandaki ihmalin kısmen de olsa duygusal istismarın tanımı ve eşiği konusundaki anlaşmazlıklardan kaynaklandığı düşünülmüştür (Rich ve ark. 1997).

Duygusal istismarın tanımı konusundaki anlaşmazlıklara karşın, yine de birçok araştırmacı duygusal istismarın, erişkinler tarafından gerçekleştirilen, çocuğun kişiliğini zedeleyici ve psiko-sosyal gelişimini engelleyici eylemler olarak tanımlanması konusunda hemfikir olmuşlardır (Taner ve Gökler 2004). Glaser (2002) duygusal istismarı, fiziksel temasa ve zarar verme amacı taşımaya gerek olmaksızın, ebeveyn veya temel bakım veren ile çocuk arasındaki çocuğa zarar verici bir ilişki olarak tanımlamıştır. Duygusal istismar birçok şekilde görülebilir. En sık görülen türleri; çocuğa bağırma, reddetme, aşağılama, küfretme, yalnız bırakma, yanılma, korkutma, yıldırma, tehdit etme, duygusal bakımdan ihtiyaçlarını karşılamama, yaşının üzerinde sorumluluklar bekleme, kardeşler arasında ayırım yapma, değer vermeme, önemsememe, küçük düşürme, alaylı konuşma, lakap takma, aşırı baskı ve otorite kurma, bağımlı kılma ve aşırı korumayı içerir (Hart ve Brassard 1991; Tıraşçı ve Gören 2007).

Duygusal istismarın yaygınlığına bakıldığında ise; İngiltere Ulusal İstatistik Servisi'nin 2000 yılındaki verilerine göre, duygusal istismara maruz kalan çocukların sayısının giderek arttığı görülmekte ve yalnızca duygusal istismara uğrayan çocuklar genel nüfusun %18'ini oluşturmaktadır. Yanı sıra; Amerikan Ulusal İstatistik Servisi'nin 1999 yılındaki verilerine göre, 1997 yılında 984,000 çocuktan yüzde 6'sının duygusal istismar ve ihmale maruz kaldığı bildirilmiştir (Glaser 2002). Türkiye'de çocuk istismarı konusunda yapılan araştırmalarda ise, %78 gibi yüksek bir oran ile duygusal istismarın diğer istismar türleri arasında ilk sırada yer aldığı

görülmektedir (Bahar ve ark. 2009). Bu yüksek yaygınlık oranlarından da anlaşılacağı gibi duygusal istismar hem ülkemizde hem de dünya çapında görülen yaygın ve önemli bir sorundur.

Çocukluk dönemi duygusal istismarının etkilerinin günümüze dek fazla araştırılmamış olmasına karşın, Wright (2007) duygusal istismarın diğer bütün çocukluk dönemi istismar ve ihmal türlerinin çekirdeğini oluşturduğunu ve en yıkıcı ve en yaygın istismar türlerinden biri olduğunu belirtmiştir. Araştırmalar, çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalan çocuklarda birtakım duygusal, davranışsal, gelişimsel ve sosyal bozuklukların ortaya çıktığını göstermektedir (Thompson ve Kaplan 1996). Bu tür bir istismar yaşamış olan çocuklarda dışavurum ve içe atım sorunları, sosyal ilişkilerde bozukluk, öz güvende azalma, intihar girişimi ve başka pek çok ruhsal bozukluk görülebilmektedir (Mullen ve ark. 1996). Ayrıca duygusal istismara maruz kalan çocuklarda aileden uzaklaşma, gergin olma, bağımlı kişilik geliştirme, değersizlik duyguları geliştirme, uyumsuz ve saldırgan davranışlarda bulunma gibi durumlar ortaya çıkabilir (Tıraşçı ve Gören 2007). Yine bu çocukların zihinsel kapasitesi normal düzeyde olmasına karşın, öğrenme güçlüğü ve dikkat dağınıklığı gibi sorunlar yaşayabilmektedirler. Dolayısıyla duygusal istismar çocuğun hem kişiliği hem de okul başarısını olumsuz yönde etkileyebilmektedir (Paavilainen ve Tarkka 2003). Claussen ve Crittenden (1991) tarafından yapılan bir araştırmada, duygusal istismarın genellikle fiziksel ve/veya cinsel istismar ile birlikte görülmesine karşın, çocukluk döneminde yaşanan duygusal istismarın çocuğun psikolojik gelişimine verdiği hasarı diğer istismar türlerinden daha güçlü bir şekilde yordadığı bulunmuştur. Özetle, duygusal istismara bağlı hasarlar en az diğer istismar türleri kadar zedeleyicidir; buna karşın bu alandaki bulgular daha kısıtlıdır.

Güncel birçok çalışma, çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantılarının ve buna bağlı olarak çocuğun fiziksel ve psikolojik gelişim sürecinde yaşadığı sıkıntıların yetişkinlik döneminde depresyon, kaygı, travma sonrası stres, intihar eğilimi, düşük benlik saygısı ve kişilik bozuklukları gibi bir takım ruhsal sorunların ortaya çıkmasına zemin hazırladığını ortaya koymuştur (Spertus ve ark. 2003).

Başka bir ifadeyle; birçok araştırma, çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantılarının çocuğun fiziksel ve ruhsal gelişimini etkileyerek uzun dönemdeki psikolojik işlevselliğini sekteye uğrattığını ve bunun da yetişkinlik döneminde ortaya çıkan psikolojik sıkıntılarla ilişkili olduğunu göstermiştir (Thompson ve Kaplan 1996).

Sonuç olarak, çocukluk dönemi duygusal istismarının gerek erken dönemde gerekse yetişkinlik döneminde ortaya çıkan çok sayıda olumsuz etkisi vardır ve araştırmalarda da göze çarptığı üzere, bu olumsuz etkilerin arasında en sık görülen ruhsal bozukluklardan biri de depresyondur (Bernet ve Stein 1999; Gibb ve ark. 2001). Bu nedenle, bu yazıda çocukluk dönemi duygusal istismarı ve yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişki ve bu ilişkide aracı rolü olduğu düşünülen erken dönem uyumsuz şemalar incelenecektir.

1.1. Duygusal İstismar ve Depresyon

Günümüzde en sık görülen ruhsal bozukluklardan biri olan depresyon, bir duygudurum bozukluğu olarak değerlendirilmektedir. Depresif olma halinden farklı olarak klinik depresyon (majör depresif bozukluk), normal üzüntü hissinden daha yoğun, sürekli ve kişinin günlük işlerini etkileyecek ve günlük yaşamdaki işlevselliğini bozacak düzeydeki çökkün bir duygusal durumu ifade eder. Depresyonda olan kişide günlük aktivitelere karşı ilgisizlik ve zevk alamama hali, uyku, iştah ve dikkate bozulmalar, benlik saygısında düşme ve suçluluk ve değersizlik hisleri görülür (Ören ve Gençdoğan 2007). Dünya Sağlık Örgütü (2016) dünya genelinde yaklaşık 350 milyon insanın depresyona yakalandığını rapor etmektedir. Yapılan araştırmalar depresyonun biyolojik, psikolojik ve sosyal açıdan birçok yatkinlaştırıcı faktörü bulunduğunu ve sosyal faktörlerden en önemlilerinden birinin de çocukluk dönemindeki istismar yaşantıları olduğunu göstermektedir (Yıldırım ve ark. 2014).

Alan yazında yer alan çok sayıda araştırma, çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantıları ile yaşam boyu depresyon geliştirme riski arasında anlamlı bir ilişki bulmuştur (Raes ve Herman 2008). Yapılan bir çalışmada, majör depresyon

tanısı alan kişiler herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı almayan kişilere göre (kontrol grup) daha fazla duygusal istismar ve ihmal yaşantısı rapor etmişlerdir. Depresyon tanısı alan katılımcılar arasında, çocukluk dönemi istismarı (özellikle duygusal istismar) ilk depresif atak ve yaşam boyu depresif ataklardaki varyansın yaklaşık %25 ila %28'ini açıklamıştır (Bernet ve Stein 1999). Başka bir çalışmada ise, çocukluk döneminde yaşanan duygusal istismarın yaşam boyu depresif bozukluk geliştirme riskini kadınlar için 2,7 kat artırırken erkekler için 2,5 kat artırdığı bulunmuştur (Chapman ve ark. 2004). Rich ve arkadaşları (1997) tarafından yapılan bir araştırmanın bulgularına göre ise, çocuklukta duygusal istismar yaşayan kişilerin istismar öyküsü olmayan kişilere oranla anlamlı düzeyde daha depresif oldukları görülmüştür. Başka bir araştırmada da çocukluk döneminde duygusal istismar öyküsü olan kişilerin istismar öyküsü olmayan kişilere göre anlamlı düzeyde daha şiddetli bir depresyon ve kaygıya sahip oldukları bulunmuştur (Ferguson ve Dacey 1997).

Gibb ve arkadaşları (2001) tarafından öz bildirim dayalı olarak yapılan bir araştırma sonucuna göre, çocukluk dönemi duygusal istismarının (fiziksel veya cinsel istismarın olmadığı), 2,5 yıllık bir izleme sürecinde, kişilerin majör depresyon atakları ve umutsuzluk/çaresizlik düzeyleriyle ilişkili olduğu bulunmuştur (Gibb ve ark. 2001). Başka bir araştırmada da majör depresyon tanısı almanın, erken dönem fiziksel veya cinsel istismar yaşantılarına kıyasla duygusal istismar yaşantıları ile daha güçlü bir ilişkisi olduğu bulunmuştur (Gibb ve ark. 2007).

Erken dönem duygusal istismar yaşantıları yetişkinlik döneminde kişiyi depresyona yatkinlaştıran bir etmen olmasına karşın, duygusal istismara uğrayan herkes bu hastalığa yakalanmamaktadır. Bu noktada, duygusal istismar ve depresyon arasındaki ilişkide rol oynayabilecek aracı değişkenleri incelemek konuyu daha net bir şekilde anlamada yararlı olacaktır. Yapılan araştırmalarda ortaya konan bulgular doğrultusunda, bu ilişkide aracılık eden en önemli değişkenlerden biri erken dönem uyumsuz şemalardır (Lumley ve Harkness 2007). Bu yüzden, bu derleme yazısında çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantısı ile yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişkide erken dönem uyum-

suz şemaların aracı rolü incelenecektir.

2. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young ve arkadaşları tarafından ortaya atılan bir kavram olan erken dönem uyumsuz şemalar, kişinin kendi ve diğerleri ile ilişkilerine yönelik anılar, hisler, bilişler ve bedensel duyumlarından oluşan ve kendilik ve dünya hakkındaki düşünce ve duygularını etkileyen, süregelen ve dayanıklı örüntüler olarak tanımlanmıştır. Şemalar, genellikle çocukluk ya da ergenlik dönemleri boyunca gelişmektedir ve çocuğun içinde yaşadığı aile ortamına/yakın çevresine uyumunu sağlamaları açısından işlevseldir. Öte yandan, katı ve değişime dirençli olmaları nedeniyle yaşamın ilerleyen dönemlerinde uyum bozucu hale gelebilmekte ve çeşitli psikopatolojilerin temelinde yatabilmektedir (Young ve ark. 2003).

Young ve arkadaşları (2003) erken dönem uyumsuz şemaların kökeninde, temel duygusal ihtiyaçların karşılanmamasının (güvende olduğunu hissetme, bakım, istikrar ve kabul görme; otonomi, yeterlilik ve kimlik algısı; duyguların ve ihtiyaçların ifade edilmesi vb.), örseleyici çocukluk yaşantılarının (temel gereksinimlerin karşılanmaması, fiziksel veya duygusal olarak örselenme, aşırı korunma vb.) ve mizaç özelliklerinin yattığını savunmaktadır. Sonuç olarak, erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunda pek çok faktör etkili olmakla birlikte, çocukluk ve ergenlik dönemindeki örseleyici yaşantıların şema gelişiminde önemli bir rolü olduğu anlaşılmaktadır.

Young ve arkadaşları (2003) tarafından önerilen bu kuramda, Kopukluk ve Reddedilme, Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma, Zedelenmiş Sınırlar, Diğer Yönelimlilik ile Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama olmak üzere beş ana grupta toplanan toplam 18 tane erken dönem uyumsuz şema tanımlanmıştır.

Kopukluk ve Reddedilme şema alanındaki şemalara sahip kişiler başkalarına güvenli bağlanamazlar. Bu kişiler güvenlik, bakım, sevgi, ait olma gibi ihtiyaçlarının karşılanmayacağına inanırlar. Bu şema alanında yer alan erken dönem uyumsuz şemalar; Terk Edilme/İstikrarsızlık,

Güvensizlik/Suistimal Edilme, Duyguları Bastırma, Kusurluluk/Utanma, Sosyal Yalıtılmışlık/Yabancılaşmadır. Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma şema alanındaki şemalara sahip kişiler bağımsız hareket edemeyeceklerini ve ailelerinden ayrı kalamayacaklarını düşünürler. Bu kişiler aynı zamanda kimliklerini oluşturmada ve bağımsız bir yaşam kurmakta zorlanırlar. Bağımlılık/Yetersizlik, Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, İç İççe Geçme/Gelişmemiş Benlik, Başarısızlık bu alanla ilişki olduğu düşünülen erken dönem uyumsuz şemalardır. Zedelenmiş Sınırlar şema alanındaki şemalara sahip kişilerin öz disiplin ya da yeterli içsel sınırlar geliştirememiş oldukları düşünülür. Bu kişiler dürtülerini kontrol altına alma ve anlık zevklerini erteleme yeteneğinden yoksundur. Yine bu kişiler başkalarının haklarına saygı gösterme, işbirliği yapma, verdikleri sözleri yerine getirme ve uzun vadeli hedefler oluşturmada güçlükler yaşarlar. Hak Görme/Büyüklik, Yetersiz Özdenetim bu alanda tanımlanan erken dönem uyumsuz şemalardır. Diğer Yönelimlilik şema alanındaki şemalara sahip kişiler kendi gereksinimlerinden çok başkalarının gereksinimlerini ön planda tutarlar. Onaylanma, duygusal ilişkiyi sürdürme ve tepkiden kaçınmak için kendi gereksinimlerini göz ardı ederler. Bu şema alanı ile ilişkili erken dönem uyumsuz şemalar ise; Boyun Eğicilik, Kendini Feda, Onay Arayıcılıktır. Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama şema alanındaki şemalara sahip kişiler duygu ve dürtülerini baskırlar. Genelde kendini ifade etme, rahatlatma, yakın ilişkiler ya da sağlık uğruna kendi yaşamlarıyla ilgili katı ve içselleştirilmiş kuralları vardır ve bu kurallara uymaya çalışırlar. Bu şema alanı; Karamsarlık, Duygusal Yoksunluk, Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik ve Cezalandırılma erken dönem uyumsuz şemalarını içermektedir (Young ve ark. 2003).

2.1. Çocukluk dönemi istismarı ve erken dönem uyumsuz şemalar

Young ve arkadaşları (2003) çocukluk döneminde istismara maruz kalmış bireylerle yaptığı klinik çalışmalardan yola çıkarak erken dönemdeki travmatik deneyimler ve erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiyi açıklamaya çalışmışlardır. Buna göre yazarlar, çocukluk dönemi istismar yaşantılarının tehlike teması içeren

şemaların (ör. Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Güvensizlik/Suistimal Edilme) gelişimiyle ilişkili olduğunu öne sürmüşlerdir. Yanı sıra, yazarlar, ebeveyn ihmalinin de kayıp ve değersizlik teması içeren şemaların (ör. Duygusal Yoksunluk, Sosyal Yalıtılmışlık/Yabancılaşma) gelişimde rol oynayabileceğini belirtmişlerdir.

Alan yazındaki pek çok araştırma da erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde bağlanma stillerinin ve onaylanma, iç içe geçme ve reddetme gibi ebeveyn-çocuk arasındaki ilişki dinamiklerinin önemli bir rol oynadığını öne sürmektedir (James ve ark. 2004; Oei ve Baranoff 2007). Yapılan çalışmalarda özellikle soğuk, reddedici ve aşırı kontrolcü ebeveyn tutumlarının erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğu bulunmuştur (Harris ve Curtin 2002; Murris 2006). Sonuç olarak, şemaların kökenini inceleyen araştırmacılar erken dönemde karşılaşılan olumsuz ebeveyn davranışları ve tutumların şema gelişiminde kritik bir öneme sahip olduğu konusunda hemfikir olmuşlardır.

2.2. Erken dönem uyumsuz şemalar ve depresyon

Alan yazında pek çok araştırma erken dönem uyumsuz şemaların, depresyon, kaygı ve yeme bozukluğu gibi çeşitli psikolojik belirtilerle ilişkili olduğunu göstermiştir. Erken dönem uyumsuz şemaların ilişkili olduğu psikolojik belirtilerin içerisinde en yaygın olanlardan biri de depresyondur (Schmidt ve ark. 1995). Bu alandaki birçok araştırma, erken dönem olumsuz yaşantılardan etkilenen şemaların yetişkinlik dönemindeki depresif belirtilerle ilişkili olduğunu göstermiştir (Petrocelli 2001). Özellikle belirli şemaların (Başarısızlık, Duygusal Yoksunluk, Terk Edilme/İstikrarsızlık) depresyonla ilişkili olduğu bulunmuştur (Rennel ve ark. 2001). Schmidt ve arkadaşları (1995) tarafından yapılan araştırmada da, Bağımlılık ve Kusurluluk şemalarının majör depresyonla önemli ölçüde ilişkili olduğu bulunmuştur.

Özetle, erken dönem uyumsuz şemaların temelinde çocukluk dönemindeki olumsuz yaşantılar yatmakta ve bu şemalar yetişkinlik döneminde işlevselliğini yitirip uyum bozucu hale gelerek kişide birtakım ruhsal sıkıntıların ortaya çıkmasına zemin hazırlamaktadır.

2.3. Duygusal istismar, depresyon, erken dönem uyumsuz şemalar

Erken dönem uyumsuz şemalar, yukarıda da bahsedildiği üzere hem erken dönem istismar yaşantıları hem de depresyon ile ilişkili olduğundan (Lumley ve Harkness 2007), çeşitli çalışmalarda bu şemaların çocukluk dönemi duygusal istismarı ve yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişkide aracı rolü olup olmadığı araştırılmıştır.

Alan yazındaki çok sayıda araştırma; çocukluk döneminde ilgisizlik, soğukluk, reddetme, aşırı koruma, bağımsızlaşmaya izin vermeme gibi olumsuz ebeveyn algılarına sahip olan kişilerin yetişkinlik yaşamında çeşitli ruhsal bozuklukların ortaya çıkmasında erken dönem uyumsuz şemaların aracı bir rolü olduğunu ortaya koymaktadır (Harris ve Curtin 2002; McGinn ve ark. 2005; Thimm 2010). Wright ve arkadaşları (2009) yaptığı araştırmada, cinsiyet, gelir, ebeveyn alkolizmi ve diğer çocukluk dönemi istismar türlerini (fiziksel ve cinsel istismar) kontrol ettikten sonra dahi çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalmanın yetişkinlik dönemindeki depresyon ve kaygı bozuklukları ile ilişkili olduğunu ve bu ilişkide Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Kendini Feda ve Kusurluluk/Utanma şemalarının aracı rolü olduğunu göstermiştir. Shah ve Waller (2000) tarafından yapılan bir çalışmada da, ebeveyn ilgisizliği ve aşırı korumacılığının yetişkinlik dönemindeki depresyonla ilişkili olduğu ve bu ilişkide Bağımlılık, Duyguları Bastırma, Başarısızlık, Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik ve Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık şemalarının aracı rol oynadığı bulunmuştur. Başka bir araştırmada ise, erken dönem uyumsuz şemaların, çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantıları veya ihmal edici ebeveynlik stilleri ve depresyon düzeyi arasındaki ilişkide aracılık ettiği bulunmuştur (McGinn ve ark. 2005).

Duygusal istismar, depresyon ve şemalar arasındaki ilişkiyi daha somut ve anlaşılır hale getirebilmek adına aşağıda konuyla ilgili iki ayrı vaka örneği aktarılmıştır.

Vaka örneği 1

Bayan N., 25 yaşındadır ve depresyon tedavisi görmektedir. Büyük bir şirkette satış müdürü olarak çalışan Bayan N. düzenli olarak terfi almakta; çalışkanlığıyla bilinmekte ve iş yerinde herkesin zor diye yapmaktan kaçtığı işleri kendisi üstlenmektedir. Aile öyküsü alındığında, Bayan N.'nin beş kardeşin en büyüğü olduğu, annesi sürekli hasta olduğu için kardeşlerinin tüm sorumluluğunu üstlenmek durumunda kaldığı; yanı sıra, öfkenin ve isteklerin ifade edilmesine izin verilmeyen bir aile ortamında yetiştiği ve babasının en ufak hatasında kendisine soğuk davrandığı, ağır bir biçimde eleştirdiği ve suçladığı anlaşılmıştır (duygusal istismar). Bunun sonucunda Bayan N. eleştirilmekten kaçmak ve etrafındakilerin sevgi ve takdirini kazanmak adına yetişkin yaşamında da sürekli olarak en ağır sorumlulukları kendisi üstlenmekte ve başarılı olabilmek için var gücüyle çalışmaktadır. Öyle ki iş arkadaşlarının hatalarını bile kendisi üstlenmekte ve düzeltmeye çalışmakta; kendi istek ve arzularını hep ikinci plana atmaktadır (kendini feda şeması). En ufak bir hata yaptığında ya da işler yolunda gitmediği zamanlarda ise sık sık kendisini eleştirmekte ve suçlamaktadır (depresif belirtiler). Öfkesini bastırırken ve takdir edilmek ve suçlanmamak adına aslında istemediği işleri yapmak durumunda kaldıkça da depresif belirtileri giderek artmaktadır. (Young ve ark. 2003).

Vaka örneği 2

Bayan A., 30 yaşındadır ve kendini mutsuz ve çökkün hissetmesi nedeniyle terapiye başvurmuştur. Yakın bir zamanda erkek arkadaşından evlenme teklifi almış; ancak onunla evlenmek istemesine karşın evlilik fikrinin kendisini çok korkuttuğunu ifade etmiştir. Aile öyküsü alındığında, Bayan A.'nin babasının soğuk ve reddedici olduğu, kendisini sürekli aşağıladığı ve eleştirdiği ortaya çıkmıştır (duygusal istismar). Buna bağlı olarak Bayan A., yetişkin yaşamında da kendisini sürekli olarak değersiz ve sevmeye layık olmayan biri olarak görmekte ve kendisini acımasızca eleştirmektedir. Dolayısıyla erkek arkadaşının da kendisini 'gerçekten' sevdiğine inanmamakta ve ilişkilerinde daima yakınlıktan kaçmaktadır. Bayan A., kendisini sürekli olarak cezalandırmakta ve "değersizim",

"yeterli değilim", "sevilmeye değmem" gibi cümleleri sıklıkla tekrarlamaktadır (kusurluluk/utanç şeması). Bayan A.'nin kusurluluk şeması onu ilişkilerde aşırı kırılgan yapmakta ve kolaylıkla incinebilmektedir. Yakın zamanda erkek arkadaşından gelen evlilik teklifinin değersizlik ve kusurluluk hislerini tetiklemesiyle birlikte bir süredir kendisini mutsuz, keyifsiz ve çökkün hissetmektedir (depresif belirtiler) (Young ve Klosko 2014).

Sonuç olarak; çeşitli araştırma bulguları, erken dönem duygusal istismar yaşantıları ile yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişkide farklı birçok şemanın aracılık ettiğini göstermekle birlikte, çalışmalar tutarlı bir şekilde çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalma ile yetişkinlik döneminde depresyona yakalanma arasında anlamlı bir ilişki olduğunu ve erken dönem uyumsuz şemaların da bu ilişkide aracı rol oynadığını göstermiştir.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Alan yazınında fiziksel ve cinsel istismarın etkilerini araştıran pek çok çalışmaya rastlanmasına karşın, duygusal istismar, büyük olasılıkla işevrük tanımının yapılmasındaki güçlüklerden ötürü, ancak son yıllarda araştırmalarda ilgi çekmeye başlayan bir konu olmuştur. Duygusal istismar son yıllara kadar fazla çalışılmamış olmakla birlikte, farklı ülkelerde yapılan istatistiksel verilere göre en yaygın istismar türü olarak gösterilmiştir. Bununla birlikte, bu alanda giderek artan araştırmalar, duygusal istismarın en hasar verici istismar türlerinden biri olduğunu ve buna maruz kalan kişilerin ruh sağlığı üzerinde uzun süreli bozucu bir etki yaratıldığını göstermişlerdir.

Duygusal istismarın gerek erken dönemde gerekse yetişkinlik döneminde ortaya çıkan çok sayıda olumsuz etkisi vardır. Yapılan araştırmalarda çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalmış kişilerde yetişkinlik dönemine geldiğinde çeşitli ruhsal bozuklukların ortaya çıkabildiği; bunların içinde en sık karşılaşılan ruhsal bozukluğun ise depresyon olduğu görülmektedir. Başka bir deyişle, duygusal istismar öyküsü olan kişiler, çocukluk döneminde herhangi bir istismara uğramayan

kişilere göre yetişkinlik döneminde depresyon geliştirmeye daha yatkın olmaktadır. Ancak duygusal istismara uğrayan herkes yetişkinlik döneminde depresyona yakalanmadığından, duygusal istismar ve depresyon arasındaki ilişkide rol oynayabilecek aracı değişkenleri incelemek önemlidir. Yapılan araştırmalarda erken dönem uyumsuz şemalar, duygusal istismar ve depresyon arasındaki ilişkide aracı rol oynayan en önemli değişkenlerden biri olarak gösterilmiştir. Çeşitli araştırmalar, Hastalıklar ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık, Kendini Feda, Kusurluluk/Utanma, Duyguları Bastırma, Bağımlılık/Yetersizlik, Başarısızlık gibi birçok farklı şemanın bu ilişkide aracı rol oynadığını ortaya koymuştur.

Alan yazında duygusal istismar konusunda yapılan çalışmalarda, kişilerin istismar yaşantıları araştırılırken genellikle öz bildirim ölçeklerinin kullanıldığı görülmektedir. Ancak öz bildirim araştırmalarının geçmişe dönük hafızaya dayanmasından dolayı istismar deneyimlerinin doğruluğundan tam anlamıyla emin olunamamaktadır. Dolayısıyla çalışmaların sonuçları da bu eksikliklerden etkilenmektedir. Ayrıca bu alanda yapılan araştırmalar genellikle kesitsel çalışmalardan oluşmaktadır; boylamsal çalışmalar yok denecek kadar azdır. Gelecekte bu alanda yapılacak olan boylamsal çalışmalar, hem öz bildirim ölçeklerinin kullanımından kaynaklı sınırlılıkların ortadan kalk-

masını hem de duygusal istismar ve depresyon arasındaki ilişkiyi daha net ve güçlü bir şekilde görmemizi sağlayabilir. Yine bu alanda yapılan araştırmalar genellikle ergen ya da genç yetişkin örneklemeleri ile yapılmıştır. Dolayısıyla, alan yazında duygusal istismarın etkilerinin erişkin örneklemelerinde daha fazla araştırılmasına ihtiyaç duyulmaktadır.

Son olarak; erken dönem uyumsuz şemaların, çocukluk dönemindeki duygusal istismar yaşantıları ile yetişkinlik dönemindeki depresyon arasındaki ilişkide aracı rolünü incelemek, bu ilişkideki genel mekanizmayı daha net bir şekilde anlamada oldukça önem taşımaktadır. Bu doğrultuda yapılacak çalışmalar neticesinde, çocukluk döneminde duygusal istismara uğramış olan bireylerin yetişkinlik döneminde depresyona yakalanma riskinin çocukluk döneminde duygusal istismara maruz kalmamış bireylere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olmasının altında yatan temel mekanizmaları anlamının, duygusal istismar mağdurlarına yönelik etkili önleme ve müdahale programlarının geliştirilmesi açısından yararlı olacağı düşünülmektedir.

Yazışma adresi: Arş.Gör. Reyhan Arslan. Medipol Üniversitesi, İstanbul, reyhanarslan@medipol.edu.tr

KAYNAKLAR

- Armağan E (2007). Çocuk ihmal ve istismarı: psikoz tablosu sergileyen bir istismar olgusu. *New Symposium Journal*, 45: 170-173.
- Bahar G, Savaş HA, Bahar A (2009). Çocuk istismarı ve ihmal: bir gözden geçirme. *Fırat Sağlık Hizmetleri Dergisi*, 4(12): 51-65.
- Bernet CZ, Stein MB (1999). Relationship of childhood maltreatment to the onset and course of major depression in adulthood. *Depression and Anxiety*, 9: 169-174.
- Chapman DP, Whitfield CL, Felitti VJ ve ark. (2004). Adverse childhood experiences and the risk of depressive disorders in adulthood. *Journal of Affective Disorders*, 82: 217-225.
- Claussen A, Crittenden P (1991). Physical and psychological maltreatment: relations among types of maltreatment. *Child Abuse & Neglect*, 15: 5-18.
- Dubowitz H (2002). Preventing child neglect and physical abuse. *Pediatrics in Review*, 23: 191-196.
- Dünya Sağlık Örgütü (2016, Nisan). Depression. Erişim tarihi: 22 Ağustos 2016, <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs369/en/>.
- Dünya Sağlık Örgütü (2016, Temmuz). Child maltreatment. Erişim tarihi: 22 Ağustos 2016, <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs150/en/>.
- Ferguson KS, Dacey CM (1997). Anxiety, depression and dissociation in women health care providers reporting a history of childhood psychological abuse. *Child Abuse & Neglect*, 21: 941-952.
- Gibb BE, Alloy LB, Abramson LY ve ark. (2001). History of childhood maltreatment, negative cognitive styles, and episodes of depression in adulthood. *Cognitive Therapy and Research*, 25: 425-446.
- Gibb BE, Chelminski I, Zimmerman M (2007). Childhood emotional, physical, and sexual abuse, and diagnoses of depressive and anxiety disorders in adult psychiatric outpatients. *Depression and Anxiety*, 24: 256-263.
- Glaser D (2002). Emotional abuse and neglect (psychological maltreatment): a conceptual framework. *Child Abuse & Neglect*, 26: 697-714.
- Harris AE, Curtin L (2002). Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults.

- Cognitive Therapy and Research, 26: 405-416.
- Hart SN, Brassard MR (1991). Psychological maltreatment: progress achieved. *Development and Psychopathology*, 3(1): 61-70.
- Jain AM (1999). Emergency department evaluation of child abuse. *Emergency Medicine Clinics*, 17(3): 575-593.
- James IA, Southam L, Blackburn IM (2004). Schemas revisited. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 11, 369-377.
- Lumley MN, Harkness KL (2007). Specificity in the relations among childhood adversity, early maladaptive schemas, and symptom profiles in adolescent depression. *Cognitive Therapy and Research*, 31: 639-657.
- McGinn LK, Cukor D, Sanderson WC (2005). The relationship between parenting style, cognitive style, and anxiety and depression: does increased early adversity influence symptom severity through the mediating role of cognitive style. *Cognitive Therapy and Research*, 29: 219-242.
- Mullen PE, Martin JL, Anderson JC ve ark. (1996). The longterm impact of the physical, emotional, and sexual abuse of children: a community study. *Child Abuse & Neglect*, 20: 7-21.
- Murriss P (2006). Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: relation to perceived parental rearing parental rearing behaviors, big five personality factors and psychological symptoms. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 13: 405-413.
- Oei TPS, Baranoff J (2007). Young schema questionnaire: review of psychometric and measurement issues. *Australian Journal of Psychology*, 59: 78-86.
- Ören N, Gençdoğan B (2007). Lise öğrencilerinin depresyon düzeylerinin bazı değişkenlere göre incelenmesi. *Kastamonu Eğitim Dergisi*, 15(1): 85-92.
- Paavilainen E, Tarkka MT (2003). Definition and identification of child abuse by finnish public health nurses. *Public Health Nursing*, 20: 49-55.
- Petrocelli JV (2001). Early maladaptive schemas of personality subtypes. *Journal of Personality Disorders*, 15: 546-559.
- Raes F, Hermans D (2008). On the mediating role of subtypes of rumination in the relationship between childhood emotional abuse and depressed mood: brooding versus reflection. *Depression and Anxiety*, 25: 1067-1070.
- Rennel F, Lobbstaël J, Peeters F ve ark. (2001). Early maladaptive schemas in depressed patients: stability and relation with depressive symptoms over the course of course of treatment. *Journal of Affective Disorders*, 136: 581-590.
- Rich DJ, Gingerich KJ, Rosen LA (1997). Childhood emotional abuse and associated psychopathology in college students. *Journal of College Student Psychotherapy*, 11(3): 13- 28.
- Schmidt NB, Joiner TE, Young JE ve ark. (1995). The schemaquestionnaire investigation of psychometric properties and the hierarchical structure of a measure of maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 19: 295-231.
- Shah R, Waller G (2000). Parental style and vulnerability to depression: the role of core beliefs. *The Journal of Nervous and Mental Disease*, 188(1): 19-25.
- Spertus IL, Yehuda R, Wong CM ve ark. (2003). Childhood emotional abuse and neglect as predictors of psychological and physical symptoms in women presenting to a primary care practice. *Child Abuse & Neglect*, 27: 1247-1258.
- Taner Y, Gökler B (2004). Çocuk istismarı ve ihmali: psikiyatrik yönleri. *Hacettepe Tıp Dergisi*, 35: 82-86.
- Thimm JC (2010). Mediation of early maladaptive schemas between perceptions of parental rearing style and personality disorder symptoms. *Journal of Behavior Therapy and Experimental Psychiatry*, 41: 52-59.
- Thompson AE, Kaplan CA (1996). Childhood emotional abuse. *British Journal of Psychiatry*, 168: 143-148.
- Tıraşçı Y, Gören S (2007). Çocuk istismarı ve ihmali. *Dicle Tıp Dergisi*, 34(1): 70-74.
- Wright MO (2007). The long-term impact of emotional abuse in childhood: identifying mediating and moderating processes. *Journal of Emotional Abuse*, 7(2): 1-8.
- Wright MO, Crawford E, Castillo D (2009). Childhood emotional maltreatment and later psychological distress among college students: the mediating role of maladaptive schemas. *Child Abuse & Neglect*, 33: 59-68.
- Yıldırım F, Küçüköncü S, Beştepe EE ve ark. (2014). Erişkin unipolar depresyon örnekleminde çocukluk çağı istismar ve ihmali yaşantılarının intihar girişimi ile ilişkisi. *Nöropsikiyatri Arşivi Dergisi*, 51: 133-140.
- Yılmaz G, İşiten N, Ertan Ü ve ark. (2003). Bir çocuk istismarı vakası. *Çocuk Sağlığı ve Hastalıkları Dergisi*, 46: 295-298.
- Young JE, Klosko JS, Weishar ME (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York, Guilford Press.
- Young JE, Klosko, JS (2014). *Hayatı Yeniden Keşfedin*. 5. baskı, (Çev. S Kohen ve D Güler) İstanbul, Psikonet Yayınları.