

# Mizaç ile Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkide Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Aracı Rolü



Ceren GÖKDAĞ<sup>1</sup>, Zeynep ERDOĞAN YILDIRIM<sup>2</sup>

## ÖZET

**Amaç:** Kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemalar, depresif duygudurumun ve dolayısıyla depresyonun ortaya çıkmasında, sürdürülmesi ve tedavisinde rol oynamaktadır. Özellikle kişinin mizacının erken dönem uyumsuz şemalarının gelişimi üzerinde etkili olduğu düşünüldüğünde, her iki özellik ruh sağlığıyla yakından ilişkilidir. Bu doğrultuda, bu çalışmanın amacı mizaç ve karakter özellikleri ile şemaların ilişkisini incelemek ve bu özelliklerin depresif belirtileri açıklamadaki rolünü ortaya koymaktır. Şema gelişiminin mizaç özelliklerinden etkilendiği fikrinden ve alanyazındaki bulgulardan hareketle çalışmanın bir diğer amacı zarardan kaçınma mizaç özelliği ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünü incelemektir.

**Yöntem:** Çalışmaya 205 üniversite öğrencisi katılmıştır. Katılımcılar Mizaç ve Karakter Envanteri, Young Şema Ölçeği- Kısa Form 3 ve Beck Depresyon Envanterini doldurmuşlardır.

**Bulgular:** Zarardan kaçınma mizaç özelliği ile kendini yönetme ve işbirliği yapma karakter özelliklerinin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğu görülmüştür. Kopukluk şema alanı, zarardan kaçınma ve kendini yönetme özellikleri depresif belirtileri istatistiksel olarak anlamlı şekilde yordamıştır. Ayrıca cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde zarardan kaçınma ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiye kopukluk ve yüksek standartlar şema alanları aracılık etmiştir.

**Sonuç:** Bulgular şema kuramının öne sürdüğü, mizacın erken dönem uyumsuz şemaları etkilediği fikrini desteklemiştir. Bulguların depresyonu önleme çalışmalarına ve depresif bireylerin tedavilerine ışık tutacağı düşünülmektedir. Ek olarak sonuçlar depresyon tedavisinde şema terapinin kullanımının etkili olabileceğini akla getirmektedir.

**Anahtar Sözcükler:** Mizaç, karakter, kişilik, erken dönem uyumsuz şemalar, depresyon, zarardan kaçınma.

## ABSTRACT

### The Mediating Role of Early Maladaptive Schemas in the Relationship between Temperament and Depressive Symptoms

**Objectives:** Personality traits and early maladaptive schemas (EMSs) play an active role in the emergence, maintenance, and treatment of depressive mood. Studies draw attention to the close relationship between temperament and character traits, EMSs, and depression. The first aim of this study is to examine the relationships between temperament, character traits, and EMSs. Secondly, we were interested to observe whether or not these variables explained depressive symptoms. Lastly, based on the previous findings and the idea that the development of EMSs is affected by temperament traits, the mediating role of EMSs in the relationship between harm avoidance and depressive symptoms was investigated.

**Method:** Personal Information Form, Temperament and Character Inventory, Young Schema Questionnaire Short Form-3, and Beck Depression Inventory were applied to 205 undergraduate students (68% women).

**Results:** Results showed the significant correlations among harm avoidance temperament trait, self-directedness, cooperativeness character traits, and with most of the EMSs. The disconnection schema domain, harm avoidance, and self-directedness personality traits predicted depressive symptoms. Moreover, controlling the gender effect, disconnection and unrelenting standards mediated the relationship between harm avoidance and depressive symptoms.

**Conclusion:** The findings supported the idea suggested by the schema theory that the temperament traits affect EMSs. We believe that these findings can support studies towards depression-prevention as well as the treatment of depressive individuals. Even without interfering with temperament characteristics of individuals, depressive symptoms might be reduced by working only with some of the EMSs.

**Keywords:** Temperament, character, personality, early maladaptive schemas, depression, harm avoidance.

**Geliş Tarihi:** 15.01.2021, **Kabul Tarihi:** 27.09.2021, **Çevrimiçi Yayın Tarihi:** 20.04.2022

<sup>1</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Manisa Celal Bayar Üniv., Psikoloji Bl., Manisa, <sup>2</sup>Dr. Öğr. Üyesi, Pamukkale Üniv., Psikoloji Bl., Denizli.

Dr. Ceren Gökdağ, e-posta: [cerengokdag@gmail.com](mailto:cerengokdag@gmail.com)

## GİRİŞ

Bilişsel kurama göre kişiyi depresyona ve diğer ruhsal sorunlara yatkın hale getiren özellikler, kişinin çarpıtılmış düşünceleri, işlevsel olmayan inançları ve olumsuz şemalarıdır ki bunlar yaşamın erken yıllarından itibaren çeşitli deneyimlerle gelişmektedir (Beck ve ark. 1979, Dozois ve Beck 2008). Young ve arkadaşları (2003) bilişsel kuramdaki şema kavramını detaylandırarak erken dönem uyumsuz şemalar kavramını, bu şemaların nasıl olup da psikopatolojiye zemin hazırladığını öne süren şema kuramını ve temelde bu uyumsuz şemalarla çalışan şema terapiyi ortaya atmışlardır. Araştırmacılar erken dönem uyumsuz şemaları, çocukluk veya ergenlik döneminde oluşmaya başlayan, yaşam boyu gelişen ve kişinin işlevselliğini bozan bilişsel örüntüler olarak tanımlamışlardır. Kuramda, temel duygusal ihtiyaçların karşılanmaması sonucu, çeşitli ihtiyaçları düzenlemek amacıyla, gelişen 18 erken dönem uyumsuz şema (şema boyutları) yer almaktadır. Bu şemalar 5 temel üst faktörde toplanmakta ve “şema alanları” olarak ifade edilmektedir. Şema kuramında ve Young Şema Ölçeğinin özgün formunda (Young ve ark. 2003) 18 şema boyutu yer almasına rağmen, ölçeğin dilimize uyarlamasında 18 yerine 14 boyutlu bir yapı ortaya çıkmıştır. Bu boyutlar, özgün formdaki gibi 5 üst faktör altında toplansa da uyarlama çalışmasında bazı boyutlar farklı şema alanlarının altında yer almıştır. Bu sebeple, bazı şema alan ve boyut isimleri, kuramda yer alan özgün isimlerinden farklılaşmaktadır. Bu çalışma boyunca şema boyut ve alanlarının isimlendirilmesinde Soygüt

ve arkadaşlarının (2009) çalışması referans alınmıştır (şema alanlarının kısa tanımı Tablo 1’de sunulmuştur).

Erken dönem uyumsuz şemalar, yıkıcı özellikte olduğu için şemaların tetiklenmesi durumunda bireyler farkına varmaksızın olayları erken dönemdeki örseleyici yaşantılarına benzer şekilde algılamakta ve bu sebeple olumsuz duygular hissetmektedirler. Üzüntü, öfke, kaygı, suçluluk ve utanç şeklinde ortaya çıkabilen bu duygular hem kendilik yıkıcı olarak rol oynayabilmekte, hem de başkalarına zarar verici davranışlara yol açabilmektedir. Bu noktadan hareketle, kişinin uyumunu bozabilen, değişime dirençli bir yapı olarak erken dönem uyumsuz şemaların pek çok psikopatolojide önemli bir yere sahip olduğu belirtilmiştir (Young ve ark. 2003). Yapılan çalışmalar depresif bozukluklar ya da depresif belirtiler ile şemalar arasındaki ilişkiyi gözler önüne sermiştir. Depresyon tanısı olan klinik bir örnekleme yapılan bir çalışmada kusurluluk, kendini feda ve yetersiz özenetim şemaları depresif belirti şiddeti ile ilişkili bulunurken (Shah ve Waller 2000), klinik olmayan örnekleme ile yapılan bir çalışmada ise hastalık ve tehditler karşısında dayanıksızlık, kusurluluk, yetersizlik ve yetersiz özenetim şemaları depresif belirti şiddeti ile ilişkili bulunmuştur (Harris ve Curtin 2002). Diğer yandan, temel ihtiyaçların karşılanmayacağına ve bunların karşılanmasına değer olmadığına dair inançlar ile karakterize olan kopukluk şema alanının (Young ve ark. 2003) depresyonun güçlü bir yordayıcısı olduğu çalışmaların ortak bulgularındandır (Calvete 2014, Calvete ve ark. 2005, Eberhart ve ark. 2011, Renner ve ark. 2012). Güncel bir meta analiz çalışması da depresyon ile

**Tablo 1.** Erken dönem uyumsuz şema alanlarının ve mizaç-karakter özelliklerinin kısa tanımları.

### Şema Alanları

Zedelenmiş Otonomi	Otonomi ihtiyacının yeterince karşılanmaması ile gelişen diğerlerine aşırı bağımlı olma, kendi özerkliğine dair şüphe duyma ve başarısız olup zarar göreceğine dair inançlar.
Kopukluk	Güvenlik, bakım, sevgi ve ait olma gibi temel ihtiyaçların karşılanmayacağına dair şüpheler, kendini beğenilmez olarak görme ve bu sebeplerle insanlardan uzak olma isteğine dair inançlar.
Yüksek Standartlar	Diğer insanların onayına aşırı düzeyde bağlı olma ve başarı ya da mükemmellik için çok çabalamak gerektiğine dair inançlar.
Zedelenmiş Sınırlar	Öz-disiplin ve öz-düzenleme ile ilgili şüphelerin olması, diğerlerinin haklarına saygı duymama ve kendi ihtiyaçlarını üstün görmeye dair inançlar.
Diğerleri Yönelimlilik	Diğer insanların ihtiyaçlarını aşırı düzeyde karşılama çabası ve terk edilmekten kaçmak için kontrolü başkasına vermeye dair inançlar.

### Mizaç Özellikleri

Yenilik Arayışı	Yeni uyaranlara karşı yüksek aktivasyon, dürtüsel karar verme, çabuk sinirlenme, engellenmekten kaçınma ile kendini gösteren kalıtsal eğilim.
Zarardan Kaçınma	Olası tehlike durumlarına karşı aşırı tedbirli olma, sorunlarla ilgili karamsar olma, belirsizlikten korkma, düşük enerji düzeyi ve kolay yorulma ile kendini gösteren kalıtsal eğilim.
Ödül Bağımlılığı	Duygusalılık, sosyal bağlanma ve onay arama ile kendini gösteren kalıtsal eğilim.
Sebat Etme	Davranışı sürdürme konusunda ısrarcı olma, engellenme ve yorgunluğa karşı sebat etmeyi sürdürme ile kendini gösteren kalıtsal eğilim.

### Karakter Özellikleri

Kendini Yönetme	Kendi tercihlerinin sorumluluğunu alma, amaç belirleme ve sorun çözmede başarılı olma ve kendi duygu ve davranışlarını yönetebilme ile ilgili özellikler bütünü.
İş-birliği Yapma	Sosyal, hoşgörülü, merhametli ve empatik olma ile ilgili özellikler bütünü.
Kendini Aşma	Doğayı kabul etme ve kendini doğanın bütüncül bir parçası olarak görme, manevi birlik hissi, sabırlı ve naif olma ile ilgili özellikler bütünü.

Not. Şema alanlarına dair tanımlar Young ve arkadaşları (2003), mizaç ve karakter özelliklerine dair tanımlar Cloninger ve arkadaşları (1993) referans alınarak hazırlanmıştır.

en yakından ilişkili şemaların kopukluk şema alanının altındaki şemalar olduğunu göstermiştir (Bishop ve ark. 2021).

Şema kuramına göre (Young ve ark. 2003) erken dönem uyumsuz şemaların gelişiminde önemli olan bazı noktalar bulunmaktadır. Bunlardan biri çocuğun temel bakım verenle olan ilişkisidir. Bu ilişki özellikle güvensiz bağlanma örüntüsündeyse, ihtiyaçların karşılanması konusunda zorluklar yaşanır ve karşılanmayan ihtiyaçlar kişinin olumsuz bir inanç sistemi geliştirmesine neden olabilir (Bowlby 1973). Young ve arkadaşları da (2003) benzer şekilde ihtiyaçların karşılanmamasının erken dönem uyumsuz şemaların gelişimi için bir zemin oluşturduğunu belirtmiştir. Bu zeminin önemli unsurları arasında bazı bireysel farklılıklar da yer almaktadır ki bunlardan biri çocuğun mizacıdır. Rothbart'a (2007) göre mizaç, kişinin çevreye nasıl tepki verdiğini belirleyen, doğuştan getirilen çeşitli özelliklerdir. Cloninger ve arkadaşları (1993) ise mizacı kişiliğin doğuştan gelen yönü olarak tanımlamış ve mizacın davranışları belirleyen önemli unsurlardan biri olduğunu belirtmiştir. Çocuğun mizacı erken dönemdeki ilişkilerini ve aldığı ebeveynliği etkilemektedir (Lengua ve Kovacs 2005). Young ve arkadaşları (2003) çocuğun mizacının maruz kaldıkları yetiştirilme tarzını etkilediğini, zor mizaçlı çocukların daha yetersiz ve sağlıklı ebeveynlik tarzına maruz kalabileceklerini ve bu durumun da erken dönem uyumsuz şemaların gelişmesine yol açabileceğini belirtmişlerdir.

Kişilik özelliklerinin bireyin psikolojik durumu üzerinde etkili olduğu, özellikle depresyon ile kişilik arasında var olduğu düşünülen bağ, kişilik psikolojisi ve psikopatolojisi bağlamında tartışılmaktadır (Cloninger ve ark. 1998). Araştırmalar belli kişilik özelliklerinin depresif belirtilere yol açabileceğini ya da tersine kişiyi depresyona karşı koruyabileceğini vurgulamaktadır (Kudo ve ark. 2017, Nery ve ark. 2009, Rusting 1998, Watson ve Naragon-Gainey 2014). Kişilik özellikleri ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiler, Cloninger'in (1987) psikobiyojik kişilik modeline göre pek çok kez incelenmiştir. Bu modele göre kişilik; biyolojik temelleri olan ve doğuştan getirilen özelliklerin bütünü olan mizaç özelliklerinden (yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül bağımlılığı ve sebat etme) ve bu özelliklerin üzerine çeşitli yaşam olayları ile şekillenen karakter özelliklerinden (kendini yönetme, iş-birliği yapma ve kendini aşma) oluşmaktadır (Cloninger ve ark. 1993, Cloninger 1987; modelde yer alan mizaç ve karakter özelliklerinin kısa tanımları Tablo 1'de verilmiştir). Bu psikobiyojik kişilik modeliyle yapılan çalışmalar, depresif belirtilerle pozitif yönde ilişkili olan mizaç özelliğinin zarardan kaçınma olduğunu, karakter özelliklerinden ise kendini yönetme ve iş-birliği yapmanın depresyonla negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir (Chen ve ark. 2015, Cheung ve ark. 2006, Cloninger ve ark. 2006, Gökdağ ve Arkar 2016, Jylha ve ark. 2013, Marijnissen ve ark. 2002, Matsudaira ve ark. 2006, Smith ve ark. 2005). Endişeli ve gergin hissetmeye dair doğuştan bir eğilime sahip olma, pasif tepkiler verme, eleştiri

ve cezalandırılmaya karşı yüksek hassasiyet ile karakterize olan zarardan kaçınma özelliği (Cloninger ve ark. 1993) kişileri depresyona yatkın hale getirebilmektedir (Smith ve ark. 2005). Alanyazındaki bazı güncel çalışmalar zarardan kaçınmanın önemini vurgulamakta ve bu mizaç özelliğinin olumsuz tutum ve düşünceler (Gökdağ ve Arkar 2016), üstbilişsel inançlar (Gawęda ve Kokoszka 2014) ve tekrarlayıcı düşünme stilleri (Kaçar-Başaran ve ark. 2019) üzerinden kişileri depresif belirtilere yatkın hale getirdiğini belirtmektedir.

Anlaşıldığı gibi hem mizaç ve karakter özellikleri hem de erken dönem uyumsuz şemalar depresyonu açıklamada ele alınan özelliklerdir. Mizacın ve erken dönem uyumsuz şemaların yakın ilişkisi ise iki özelliğin bir arada depresif belirtiler üzerindeki etkisinin incelenmesine yol açmıştır. Alanyazında farklı kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemaları ele alan çalışmalar bulunmaktadır. İşlevsel olmayan ebeveynlik stili ile mizaç özelliklerinin etkileşiminin depresif belirtileri yordadığı ve bu ilişkiye erken dönem uyumsuz şemaların aracılık ettiği bulunmuştur (Haugh ve ark. 2017). Mizaç özellikleri dışında farklı kişilik modelleri ile şemalar arasındaki ilişkiler de incelenmiştir. Beş faktör kişilik özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemaları birlikte ele alan Thimm (2010), depresyon düzeyinin yordanmasında hem nevrozizm (nörotisizm) ve gelişime açıklık kişilik özelliklerinin hem de erken dönem uyumsuz şemaların anlamlı olduğunu bulmuş, ayrıca bu kişilik özellikleri kontrol edildiğinde bile depresif belirti şiddeti ile şemaların ilişkisinin devam ettiğini vurgulamıştır. Yapılan diğer çalışmalar da (Mairet ve ark. 2014, Muris 2006) beş faktör kişilik özelliklerinden bazılarının erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğunu göstermiştir. Lim ve arkadaşları (2018) yaptıkları gözden geçirmede psikobiyojik kişilik modeline karşı beş faktör kişilik modelinin erken dönem uyumsuz şemalarla daha iyi ilişkiler gösterdiğini vurgulasa da bu noktada psikobiyojik kişilik modeli ile yapılan çalışmaların sayıca azlığı ve bir model öne sürülmesinin bu fikre zemin hazırlamış olabileceği düşünülebilir. Atalay ve arkadaşları (2013) erken dönem uyumsuz şemalarla zarardan kaçınmanın pozitif yönde, ödül bağımlılığı, sebat etme ve kendini yönetmenin negatif yönde ilişkili olduğunu göstermiştir. Halvorsen ve arkadaşları ise (2009) değişkenler arası ilişkileri, depresyon düzeyini kontrol ederek incelemiş ve zarardan kaçınmanın neredeyse tüm şemalarla pozitif yönde, kendini yönetme ve iş-birliği yapmanın ise negatif yönde ilişkili olduğunu göstermişlerdir. Bu bulgular psikobiyojik kişilik modeli ile erken dönem şemaların ilişkisini gösterse de hangi yollarla psikopatolojiye zemin hazırladığı hakkında bir model öne sürmemektedirler. Dolayısıyla psikobiyojik kişilik modeli ile şema kuramı ilişkisinin daha derinlemesine incelenmesi gerekliliği aklı gelmektedir. Her ne kadar zarardan kaçınma özelliğinin ölçümü üzerinde durumsal ya da epizodik faktörlerin etkisi olabildiği eleştirisi yapılsa da (Lim ve ark. 2018) bu faktörlerin görece kontrol edilmesi iki modelin

## YÖNTEM

### Katılımcılar

ilişkinini daha somut olarak gösterebilecektir. Çünkü kişiliğin biyolojik yönlerinden biri olarak tanımlanan zarardan kaçınma, duygusal sorunlara yönelik nörobiyolojik temelleri de olan bir yatkınlık faktörü olarak anılmakta (Markett ve ark. 2016) ve psikopatolojiyle yakın ilişkili olan nörotisizm, davranışsal inhibisyon gibi diğer bireysel özelliklerle yüksek korelasyon göstermektedir (De Fruyt ve ark. 2000, Mardaga ve Hansenne 2007, Sevi Tok ve Arkar 2012). Dolayısıyla psikobiyolojik kişilik modeli ile erken dönem uyumsuz şemaların daha derinlemesine incelenmesinin alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Önceki çalışmalar iki modeldeki bazı özellikler arasındaki ilişkileri gösterse de bu özelliklerin bir arada depresyonla olan ilişkisi, az sayıda çalışmada incelenmiştir. Var olan çalışmalarda bu özelliklerin bir arada depresif duyu durumu hangi yollar üzerinden yordadıklarına dair bir model test edilmemiştir.

Alanyazındaki boşluklardan hareketle bu çalışmanın temel amacı mizaç ve karakter özellikleriyle erken dönem uyumsuz şemaların ilişkisini incelemek ve bu yapıların bir arada depresif belirtileri ne düzeyde yordadığını araştırmaktır. Bu noktada önceki bulgulardan hareketle özellikle zarardan kaçınma, kendini yönetme ve iş-birliği yapma kişilik özelliklerinin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olacağı ve bu özelliklerin depresif belirti şiddetini yordayacağı öngörülmüştür. Diğer yandan, kuramsal çerçeve göz önüne alındığında karakter özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar benzer gelişim dönemlerinde ortaya çıktığından karakter özellikleri ileri analizler için değerlendirilmemiştir. Doğuştan getirilen mizaç özelliklerinin çocukluk veya ergenlik döneminde gelişen erken dönem şemaların oluşumuna zemin hazırlayacağı (Young ve ark. 2003) ve zarardan kaçınma mizaç özelliğinin depresyon için yatkınlık faktörlerinden biri olduğu (Cloninger ve ark. 2006, Gökdağ ve Arkar 2016, Jylha ve ark. 2013) fikirlerinden hareketle, zarardan kaçınma ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün incelendiği bir model öne sürmek bu araştırmanın diğer amacıdır. Bu amaçlar doğrultusunda araştırmanın hipotezleri şunlardır:

*Hipotez<sub>1</sub>*: Mizaç ve karakter özellikleri, erken dönem uyumsuz şemalar ve depresif belirtiler arasında istatistiksel olarak anlamlı ilişkiler gözlenecektir. Şemalar, zarardan kaçınma ile pozitif yönde, kendini yönetme ve iş-birliği yapma ile negatif yönde korelasyon gösterecektir.

*Hipotez<sub>2</sub>*: Mizaç ve karakter özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar bir arada depresif belirtileri başarılı şekilde yordayacaktır.

*Hipotez<sub>3</sub>*: Erken dönem uyumsuz şemalar, zarardan kaçınma mizaç özelliği ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiye aracılık edecektir.

Bu çalışmaya ulaşılabilirlik ilkesine göre uygun örnekleme yöntemiyle 205 üniversite öğrencisi (%68'i kadın) gönüllü olarak katılmıştır. Katılımcıların yaş ortalamaları 21,10'dur (SS=3,48). Ayrıca katılımcıların medeni durumlarına bakıldığında, 198 kişinin (%96,6) bekâr olduğu görülmüştür. Katılımcıların çoğu (168 kişi, örneklemin %82,3'ü) devlet üniversitesinde okumaktadır. Katılımcılara ilişkin dâhil edilme ölçütleri katılımcının 18 yaşından büyük olması ve üniversite öğrencisi olmasıdır. Dışlama ölçütleri ise katılımcının yaşamının herhangi bir döneminde ruhsal bozukluk tanısı aldığı ve psikiyatrik ilaç kullandığını beyan etmesidir. Böylece tanı durumunun ya da epizodik durumun ölçekler üzerindeki olası karıştırıcı etkileri kontrol edilmeye çalışılmıştır.

### Veri Toplama Araçları

**Kişisel Bilgi Formu:** Bu form katılımcıların çeşitli özellikleriyle ilgili bilgi almak amacıyla araştırmacılar tarafından düzenlenmiştir. Formda, cinsiyet, yaş, medeni durum, öğrenim görülen üniversite ve herhangi bir ruhsal bozukluk tanısı olup olmadığına yönelik sorular bulunmaktadır.

**Mizaç ve Karakter Envanteri- MKE (Temperament and Character Inventory, TCI):** Cloninger ve arkadaşları tarafından 1994 yılında geliştirilen ölçek, psikobiyolojik kişilik kuramına dayanarak 4 mizaç özelliğini (yenilik arayışı, zarardan kaçınma, ödül bağımlılığı ve sebat etme) ve 3 karakter özelliğini (kendini yönetme, iş-birliği yapma ve kendini aşma) ölçmektedir. Doğru/yanlış şeklinde cevaplanan 240 maddeden oluşan envanter 17 yaş üzerindeki bireylerin kişiliklerinin değerlendirmesinde kullanılmaktadır. Envanterin Türkçe uyarlaması Köse ve arkadaşları (2004) tarafından yapılmıştır. Arkar ve arkadaşlarının (2005) psikometrik çalışmasında ölçeğin Cronbach alfa iç tutarlık katsayılarının mizaç boyutları için 0,55-0,85 karakter boyutları için ise 0,80-0,84 değerlerinde olduğu bildirilmiştir. Envanterin bu çalışma için Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları hesaplanmış, bu değerlerin mizaç boyutları için 0,55-0,86 arasında olduğu karakter boyutları için 0,78-0,85 arasında olduğu görülmüştür.

**Young Şema Ölçeği- Kısa Form 3- YŞÖ-KF3 (Young Schema Questionnaire Short Form-3, YSQ-SF3):** Kişilerin erken dönem uyumsuz şemalarının belirlenebilmesi amacıyla 1990 yılında Young ve Brown tarafından geliştirilen ölçek, 18 erken dönem uyumsuz şemayı 90 maddede ölçmektedir. Ölçeğin Türkçe versiyonunun geçerlik ve güvenilirlik çalışması Soygüt ve arkadaşları (2009) tarafından üniversite örnekleminde yapılmıştır. Bu çalışma sonucunda ölçeğin Türkçe formu için orijinalinden farklı şekilde 14 faktörlü yapının kullanılabilir olduğu bulunmuştur. Bu faktörler kullanılarak yapılan ikinci-düzyen faktör analizi, şemaların Zedelenmiş Otonomi, Kopukluk, Yüksek Standartlar, Diğerleri Yönelimlilik ve

Zedelenmiş Sınırlar olarak adlandırılabilir 5 şema alanı altında toplandığını göstermiştir. Ölçeğin Türkçe versiyonunun test-tekrar test güvenilirlik katsayılarının şema boyutları için 0,66-0,82, şema alanları için 0,66-0,83 olduğu bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısı ise; şema boyutları için 0,63-0,80, şema alanları için ise 0,53-0,81 arasındadır (Soygüt ve ark. 2009). Bu çalışmada söz konusu 5 şema alanı için iç tutarlılık katsayılarının 0,70- 0,95 arasında değiştiği, şema boyutları için ise Cronbach alfa düzeylerinin yeterli düzeyde olduğu görülmüştür.

**Beck Depresyon Envanteri- BDE (Beck Depression Inventory, BDI):** Beck ve arkadaşları tarafından 1961 yılında geliştirilen ölçek kişilerin depresif belirti şiddetini ölçmede kullanılmaktadır. Öz bildirim şeklindeki 21 maddeden oluşan ölçekten alınabilecek puanlar 0 ile 63 arasındadır. Puan yükseldikçe depresyonun şiddetinin arttığı düşünülmektedir. BDE Türkçeye Hisli (1989) tarafından uyarlanmış ve başka bir depresyon ölçeğiyle olan korelasyonunun yüksek düzeyde olduğu ve yarıya bölme güvenilirlik katsayısının da tatmin edici düzeyde olduğu belirtilmiştir. BDE'nin mevcut çalışmada ki iç tutarlılık katsayısının 0,89 olduğu görülmüştür.

### İşlem

Çalışma için Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırmalar ve Yayın Etiği Kurullarından izin alındıktan sonra veri toplama aşamasına geçilmiştir. Katılımcılara ölçekler verilmeden önce araştırma ile ilgili gerekli açıklamalar yapılmış, katılımcılardan bilgilendirilmiş onam alınmış ve araştırmaya kabul eden öğrenciler araştırmaya alınmıştır. Sıra etkisinin önüne geçebilmek amacıyla ölçekler katılımcılara farklı sıralarda sunulmuştur. Katılımcılar yaklaşık 30 dakikada ölçüm araçlarını tamamlamışlardır.

### Veri Analizi

Katılımcılardan elde edilen veriler SPSS (*Statistical Package for the Social Sciences*) 25 programıyla analiz edilmiştir. Pearson

korelasyon analizi (hipotez 1) ve çoklu regresyon analizi (hipotez 2) kullanılarak değişkenler arası ilişkiler ve depresif belirtileri yordayan değişkenler incelenmiştir. Korelasyon analizlerinde detaylı bilgi sunması amacıyla erken dönem uyumsuz şemaların hem 14 boyutu hem 5 alanı kullanılmıştır. Ancak, depresif belirtileri en iyi yordayan mizaç, karakter özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemaları tespit etmek üzere yapılan regresyon analizinde modele dâhil edilebilecek bağımsız değişken sayısının örneklem sayısına bağlı olması sebebiyle yalnızca şema alanları kullanılmıştır. Regresyon analizinde Tabachnick ve Fidell'in (2013) önerileri doğrultusunda bağımsız (yordayıcı) değişkenler olarak, BDE ile korelasyonu olan değişkenler modele dâhil edilmiştir. Ayrıca cinsiyetin etkisini de görebilmek adına bu analiz, cinsiyet ilk basamakta olacak şekilde iki basamaklı (hiyerarşik) olarak yürütülmüştür. Çalışmanın üçüncü hipotezine yönelik olarak aracılık analizi yürütülmüş; mizaç özellikleri ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün değerlendirilmesi için Hayes'in (2013) şablonlarından biri olan *Process Macro* içindeki Model 4 kullanılmıştır. Dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlılığı Preacher ve Hayes'in (2008) önerdiği gibi 5000 kişilik *bootstrap* örnekleme ile incelenmiş; istatistiksel olarak anlamlılık, güven aralığı içinde sıfır değerinin olmamasına göre yorumlanmıştır. Aracılık analizinde olası etkisinden dolayı cinsiyet, kontrol değişkeni olarak kullanılmıştır.

## BULGULAR

Çalışmanın hipotezlerine ilişkin analizlerden önce katılımcıların ölçeklerden aldıkları puanlar hem tüm örnekleme hem de cinsiyet gruplarında incelenmiştir. Elde edilen ortalama ve standart sapmalar, ek olarak cinsiyet karşılaştırmasına dair bulgular Tablo 2'de sunulmuştur. Cinsiyete göre yürütülen bağlantısız örneklemler t testi analizleri, kadın ve erkek katılımcıların bazı alt ölçek puan ortalamalarının istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaştığını göstermiştir. Zarardan kaçınma ( $t=2,44$ ,  $p=0,02$ , Cohen

**Tablo 2.** Tüm örneklem ve cinsiyete göre değişkenlerden alınan puan ortalamaları ve standart sapmaları.

		Tüm Örneklem N= 205		Kadın n= 139		Erkek n= 66		Cinsiyet Karşılaştırması		
		Ort.	SS	Ort.	SS	Ort.	SS	t	p	Cohen d
<b>Mizaç</b>	Yenilik Arayışı	19,94	5,14	20,06	5,38	19,68	4,62	0,49	0,63	-
	Zarardan Kaçınma	18,22	7,06	18,97	7,49	16,67	5,82	2,44	0,02	0,34
	Ödül Bağlılığı	14,02	3,51	14,71	3,41	12,58	3,29	4,22	<0,001	0,64
	Sebat Etme	4,44	1,90	4,31	1,99	4,73	1,69	1,47	0,14	-
<b>Karakter</b>	Kendini Yönetme	26,07	6,94	26,51	7,48	25,16	5,56	1,46	0,15	-
	İş-birliği Yapma	28,17	6,84	29,57	5,93	25,21	7,69	4,45	<0,001	0,65
	Kendini Aşma	20,30	5,67	20,27	7,69	20,35	5,74	0,09	0,93	-
<b>Şema Alanları</b>	Zedelenmiş Otonomi	69,64	26,32	65,90	25,36	77,52	26,77	3,01	0,003	0,45
	Kopukluk	52,62	20,14	49,45	19,33	59,30	20,32	3,36	0,001	0,50
	Yüksek Standartlar	30,47	7,42	29,85	7,61	31,77	6,90	1,74	0,08	-
	Zedelenmiş Sınırlar	24,38	6,11	23,94	6,32	25,32	5,59	1,52	0,13	-
	Diğerleri Yönelimlilik	35,97	8,81	35,22	8,82	37,53	8,65	1,76	0,08	-
	Beck Depresyon Envanteri	9,95	8,49	10,36	8,58	9,09	8,24	1,00	0,32	-

$d=0,34$ ), ödül bağımlılığı ( $t=4,22$ ,  $p<0,001$ , Cohen  $d=0,64$ ) ve iş-birliği yapma ( $t=4,45$ ,  $p<0,001$ , Cohen  $d=0,65$ ) özelliklerinin kadınlarda daha yüksek olduğu, zedelenmiş otonomi ( $t=3,01$ ,  $p=0,003$ ,  $d=0,45$ ) ve kopukluk ( $t=3,36$ ,  $p=0,001$ , Cohen  $d=0,50$ ) şema alanlarının ise erkeklerde daha yüksek olduğu görülmüştür. Katılımcıların depresyon düzeyleri ise cinsiyete göre farklılaşmamıştır ( $t=1,00$ ,  $p=0,32$ ). Ek olarak tanımlayıcı bir istatistik olarak çalışmada kullanılan ölçeklerin Cronbach alfa iç tutarlık katsayıları Tablo 3'te verilmiştir.

Çalışmanın ilk hipotezine istinaden mizaç ve karakter özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiler Pearson korelasyon analizleri ile incelenmiştir (bk. Tablo 3). Bu analizlerde detaylı bilgiye ulaşılması amacıyla erken dönem şema boyutları ve alanları birlikte ele alınmıştır. Kişilik özellikleri ile 5 şema alanı arasında beklenildiği yönde bazı anlamlı ilişkiler olduğu görülmüştür. Özel olarak incelendiğinde, zarardan kaçınma mizaç özelliği neredeyse tüm şema boyutları ve alanlarıyla pozitif yönde anlamlı ilişkiler göstermiştir. Zarardan kaçınma arttıkça uyumsuz şemalar da artmaktadır. En yüksek korelasyon katsayısı zarardan kaçınma ile zedelenmiş otonomi şema alanı arasındadır ( $r=0,37$ ,  $p<0,01$ ). Diğer yandan, bu mizaç özelliğiyle en yüksek korelasyona sahip şema boyutu ise karamsarlıktır ( $r=0,41$ ,  $p<0,01$ ). Karakter özelliklerine bakıldığında kendini yönetme tüm şema boyut ve alanlarıyla negatif yönde anlamlı korelasyon katsayılarına sahiptir. Ayrıca iş-birliği yapma özelliğinin de

diğerleri yönelimlilik dışındaki tüm şema alanlarıyla negatif yönde anlamlı ilişkiler gösterdiği görülmektedir. Genel olarak bakıldığında kendini yönetme karakter özelliği ile uyumsuz şemalar arasındaki ilişkiler güçlüdür. Bu bilgilere ek olarak tüm şema boyut ve alanları kişilerin depresif belirtileriyle istatistiksel olarak anlamlı şekilde ilişkilidir. Depresif belirtilerle ilişkili olan mizaç ve karakter özellikleri ise zarardan kaçınma, kendini yönetme ve iş-birliği yapmadır. Özetle çalışmanın ilk hipotezi desteklenmiştir.

Araştırmanın ikinci hipotezi doğrultusunda katılımcıların depresyon düzeylerini yordamak amacıyla, mizaç ve karakter özellikleri ve şema alanları yordayıcı değişken olarak kullanılmış ve *stepwise* yöntemi ile iki basamaklı hiyerarşik çoklu regresyon analizi uygulanmıştır. Görülen bazı cinsiyet farklılaşmaları sebebiyle bu analizde cinsiyet ilk basamağa eklenmiş ve cinsiyetin etkisi kontrol edilmiştir. İkinci basamağa BDE ile anlamlı korelasyona sahip zarardan kaçınma, kendini yönetme ve iş-birliği yapma kişilik özellikleri ile şema alanları birlikte dâhil edilmiş ve BDE toplam puanını en iyi yordayan modele ulaşılması hedeflenmiştir. Yapılan analiz sonucunda ilk basamağın istatistiksel olarak anlamlı olmadığı görülmüştür,  $F(1, 203)=1,00$ ,  $R^2=0,01$ ,  $p=0,32$ . Yani cinsiyet depresif belirtileri anlamlı şekilde yordamamıştır. Sonraki basamağın istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür,  $F(4, 200)=30,79$ ,  $R^2=0,38$   $p<0,001$ . Bu basamakta zarardan kaçınma, kendini yönetme ve kopukluğun modele giren değişkenler olduğu

**Tablo 3.** Erken dönem uyumsuz şemaların, mizaç-karakter özellikleri ve depresif belirtilerle olan korelasyon katsayıları.

	$\alpha$	Mizaç Özellikleri			Karakter Özellikleri			Beck Depresyon Envanteri	
		Yenilik Arayışı	Zarardan Kaçınma	Ödül Bağımlılığı	Sebat Etme	Kendini Yönetme	İş-birliği Yapma		Kendini Aşma
Zedelenmiş Otonomi	0,95	-0,06	0,37**	-0,07	0,01	-0,51***	-0,37***	0,06	0,51***
İç içe geçme/bağımlılık	0,88	-0,10	0,27**	-0,05	0,01	-0,55**	-0,30**	0,10	0,40**
Terk edilme	0,80	-0,04	0,29**	0,01	0,06	-0,51**	-0,27**	0,15*	0,38**
Başarısızlık	0,88	-0,08	0,32**	-0,05	-0,10	-0,52**	-0,31**	0,03	0,45**
Karamsarlık	0,85	-0,01	0,41**	-0,08	0,04	-0,60**	-0,31**	0,09	0,52**
Tehditler karşısında dayanıksızlık	0,76	0,03	0,31**	-0,12	0,01	-0,51**	-0,34**	0,15*	0,45**
Kopukluk	0,94	-0,08	0,30**	-0,31**	0,07	-0,51**	-0,37**	0,06	0,51**
Duyusal yoksunluk	0,87	-0,13	0,23**	-0,22**	-0,01	-0,41**	-0,28**	0,04	0,40**
Duyuları Bastırma	0,79	-0,16*	0,20**	-0,38**	0,11	-0,37**	-0,27**	0,06	0,32**
Sosyal izolasyon/güvensizlik	0,84	0,03	0,35**	-0,25**	0,09	-0,50**	-0,37**	0,07	0,54**
Kusurluluk	0,89	-0,03	0,21**	-0,22**	0,04	-0,45**	-0,33**	0,02	0,44**
Yüksek Standartlar	0,74	0,09	0,17*	0,04	0,12	-0,40**	-0,26**	0,12	0,17*
Yüksek standartlar	0,72	0,08	-0,01	-0,09	0,33**	-0,24**	-0,24**	0,15*	0,06
Onay arayıcılık	0,71	0,07	0,25**	0,12	-0,07	-0,39**	-0,20**	0,07	0,19**
Zedelenmiş Sınırlar	0,70	0,29**	0,02	-0,19**	-0,12	-0,28**	-0,28**	0,17*	0,19**
Ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim	0,70	0,29**	0,02	-0,19**	-0,12	-0,28**	-0,28**	0,17*	0,19**
Diğerleri Yönelimlilik	0,79	-0,03	0,25**	-0,04	0,15*	-0,37**	-0,05	0,26**	0,40**
Kendini feda	0,72	-0,14	0,14*	0,01	0,04	-0,31**	0,02	0,26**	0,31**
Cezalandırılma	0,77	0,07	0,25**	-0,06	0,20**	-0,30**	-0,09	0,18*	0,34**
Beck Depresyon Envanteri	0,89	0,10	0,42**	0,01	0,04	-0,48**	-0,18*	0,06	-

\* $p<0,05$  \*\* $p<0,01$

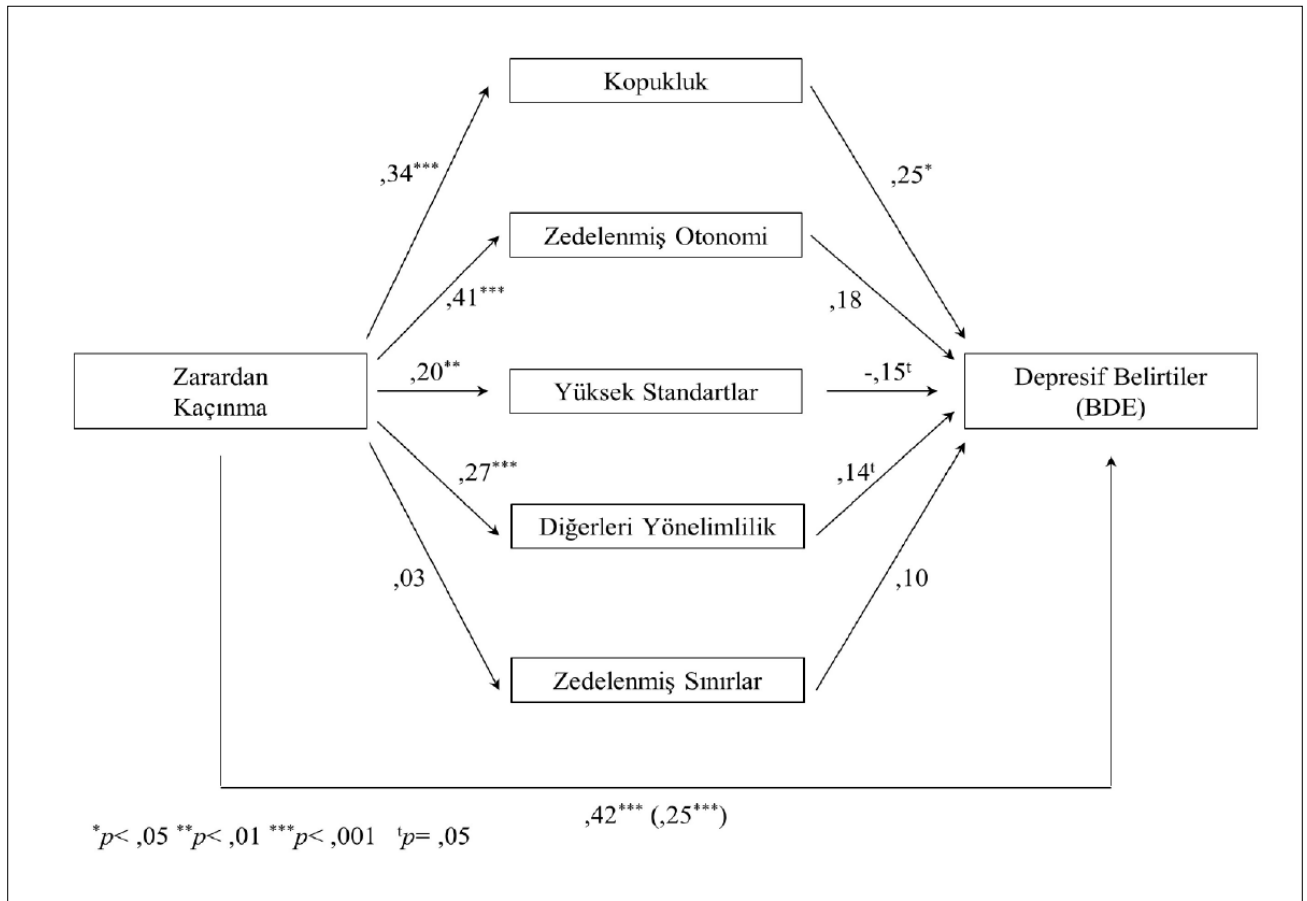
Not. Şema alanlarına ilişkin sonuçlar koyu ve belirgin olarak sunulmuştur.

**Tablo 4.** Mizaç ve Karakter Özellikleri ile Şemaların Depresif Belirtileri Yordaması

	B	SH B	$\beta$	t	F	R <sup>2</sup>
<b>Adım 1</b> (enter yöntemi)						
(Sabit)	11,63	1,78		6,55		
Cinsiyet	-1,27	1,27	-0,07	-1,00	1,00	0,01
<b>Adım 2</b> (stepwise yöntemi)						
(Sabit)	7,81	3,97		1,97	30,79***	0,38
Cinsiyet	-2,63	1,07	-0,15	-2,47*		
Zarardan kaçınma	0,23	0,08	0,19	2,99**		
Kendini yönetme	-0,26	0,08	-0,21	-3,10**		
Kopukluk	0,16	0,03	0,37	5,57***		

\* $p < 0,05$  \*\* $p < 0,01$  \*\*\* $p < 0,001$ 

Not. Cinsiyet 1: kadın, 2: erkek şeklinde girilmiştir.

**Şekil 1.** Zarardan Kaçınma Mizaç Özelliğinin Depresif Belirtileri Yordamasında Şema Alanlarının Aracılığı.

Not. Cinsiyetin etkisi kontrol edilmiştir, şekilde standardize beta katsayıları verilmiştir.

görülmüştür. Cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde söz konusu üç değişken depresif belirtilere dair varyansın %37'sini yordamıştır,  $\Delta F(3, 201)=40,50$ ,  $\Delta R^2=0,37$ ,  $p < 0,001$ . Sonuçlar Tablo 4'te sunulmuştur. Buna göre depresif belirtiler, yüksek düzey zarardan kaçınma mizaç özelliği, düşük düzey kendini yönetme karakter özelliği ve yüksek düzey kopukluk şema alanı ile açıklanabilmektedir. Ayrıca cinsiyetin de etkisinin bu değişkenlerle birlikte anlamlı hale geldiği görülmüştür. Modele en fazla katkı sağlayan değişken kopukluk şema alanıdır ( $\beta=0,37$ ,  $p < 0,001$ ), kendini yönetme ve zarardan

kaçınma kişilik özellikleri ile cinsiyet (kadın olmak) bunu takip etmektedir. Modele dâhil edilen iş-birliği yapma karakter özelliği ve diğer 4 şema alanı diğerleriyle birlikte modele girildiğinde depresif belirti varyansının yordanmasına istatistiksel olarak anlamlı düzeyde katkıda bulunmamıştır.

Araştırmanın üçüncü hipotezine istinaden, zarardan kaçınma mizaç özelliği ile depresif belirtiler arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü çoklu aracılık modeli ile incelenmiştir. Modelde cinsiyetin etkisi kontrol edilmiştir. Şekil 1'de de görüldüğü gibi, zarardan

kaçınmanın, depresyon puanı üzerinde doğrudan etkisinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu bulunmuştur ( $B=0,50$ ,  $\beta=0,42$ ,  $t=6,46$ ,  $p<0,001$ ). Buna ek olarak zarardan kaçınma 5 şema alanından dördünü anlamlı şekilde yordamıştır. Erken dönem uyumsuz şemaların depresif belirtiler üzerindeki etkisine bakıldığında yalnızca kopukluk şema alanının ( $B=0,10$ ,  $\beta=0,25$ ,  $t=2,25$ ,  $p=0,03$ ) istatistiksel olarak anlamlı düzeyde etkiye sahip olduğu, ancak yüksek standartlar ( $B=-0,16$ ,  $\beta=-0,15$ ,  $t=-1,95$ ,  $p=0,05$ ) ve diğerleri yönelimlilik ( $B=0,14$ ,  $\beta=0,14$ ,  $t=1,93$ ,  $p=0,05$ ) şema alanlarının da sınırda anlamlı olduğu görülmüştür. Zarardan kaçınma ile tüm şema alanları aynı anda modele girdiğinde, zarardan kaçınma yine depresif belirtileri anlamlı şekilde yordamıştır, fakat etki düşmüştür ( $B=0,30$ ,  $\beta=0,25$ ,  $t=3,93$ ,  $p=0,0001$ ). Bu dolaylı etkinin anlamlılığı Preacher ve Hayes'in (2013) önerdiği gibi 5000 kişilik bootstrap örnekleme ile incelenmiş ve toplam dolaylı etkinin istatistiksel olarak anlamlı olduğu görülmüştür ( $B=0,21$ ,  $SH=0,05$ , %95 BCa GA [0,10-0,31]). Aracı değişkenler tek tek incelendiğinde kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının aracılık etkisinin anlamlı olduğu bulunmuştur. Kopukluk ( $B=0,10$ ,  $SH=0,05$ , %95 BCa GA [0,01-0,21]) ve yüksek standartlar ( $B=-0,03$ ,  $SH=0,02$ , %95 BCa GA [-0,09- -0,001]) şema alanları zarardan kaçınma ile depresyon arasındaki ilişkide aracı etkiye sahiptir. İki şema alanının aracılık etkisinin istatistiksel açıdan anlamlı olarak birbirinden farklılaştığı ( $B=0,14$ ,  $SH=0,05$ , %95 BCa GA [0,05-0,24]), kopukluk şema alanının aracılık etkisinin daha güçlü olduğu görülmüştür. Bu bulgular araştırmanın üçüncü hipotezinin desteklendiğini göstermektedir.

## TARTIŞMA

Bu çalışmada mizaç ve karakter özellikleri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişkilerin incelenmesi amaçlanmıştır. Aynı zamanda bu ilişkinin depresif duygu duruma ne düzeyde etki ettiği araştırılmıştır. Zarardan kaçınma mizaç özelliğiyle depresif duygudurum arasında hangi şema alanlarının aracı rolü olduğu incelenmiştir. Bu amaçlar çerçevesinde öncelikle, Cloninger'in tanımladığı mizaç ve karakter özellikleri ile şema alanları arasındaki korelasyonlar araştırılmış, zarardan kaçınma, kendini yönetme ve iş-birliği yapma özelliklerinin öne çıktığı görülmüştür. Genel olarak bakıldığında zarardan kaçınma arttıkça uyumsuz şemalar artmakta, kendini yönetme ve iş-birliği yapma arttıkça uyumsuz şemalar azalmaktadır. Nitekim bu bulgu alanyazındaki çalışmalarla benzerlik göstermektedir. Halvorsen ve arkadaşlarının (2009) çalışmasında da zarardan kaçınma ile en yüksek korelasyona sahip şema boyutları zedelenmiş otonomi alanıyla ilgilidir. Zedelenmiş otonomi alanından yüksek puan alan kişilerin endişeye yatkın ve kaygılı oldukları, sıklıkla çaresizlik hissine kapıldıkları, sorunlar karşısında pasif davranışlarda buldukları, başarısızlık gibi bilişlerinin olduğu (Young ve ark. 2003) düşünüldüğünde zarardan kaçınma mizaç özelliğiyle yüksek düzeyde ilişkili olması

beklendiktir. Çünkü zarardan kaçınma özelliği yüksek kişiler de tedbirli, gergin, endişeli, belirsizlik korkusu yüksek, pasif kişiler olarak tanımlanmaktadır (Arkar ve ark. 2005). Zarardan kaçınmanın genetik yönünün olduğu düşünüldüğünde (Cloninger 1987), bu mizaç özelliğinin uyumsuz şemalara zemin hazırladığı söylenebilir. Karakter özelliklerine bakıldığında ise kendini yönetme ve iş-birliği yapmanın neredeyse tüm şema alanlarıyla negatif yönde ilişkili olduğu görülmektedir. Atalay ve arkadaşlarının çalışmasında da (2013) benzer sonuçlara ulaşılmıştır. Bu özellikleri baskın kimselerin özdenetim sahibi, olgun, iradeli, hoşgörülü, yardımsever ve diğerlerinin ihtiyaçlarının farkında olan kişiler (Arkar ve ark. 2005, Cloninger ve ark. 1993) olduğu düşünüldüğünde uyumsuz şemalarla negatif ilişkide olması beklendiktir. Young ve arkadaşları (2003) uyumsuz şemaların yaşamın erken yıllarında olumsuz deneyimler sonucunda oluştuğunu ve kişinin bugünkü işlevlerini olumsuz etkilediğini belirtmiştir. Cloninger'e göre (1987) karakter özellikleri de benzer şekilde mizacın üzerine yaşamın ilk yıllarında çevre etkileşimi sonucunda gelişmektedir. Dolayısıyla hem şemalar hem karakter özellikleri yaşamın ilk yıllarında olumsuz deneyimler, travmalar, güvensiz bağlanma stilleriyle birlikte gelişirse uyum bozucu hale gelebilmektedir. Nitekim alanyazında bağlanma ve çocukluk çağı olumsuz yaşantılarının karakter özellikleriyle (Fossati ve ark. 2001, Martinotti ve ark. 2008, Perna ve ark. 2014) ve uyumsuz şemalarla (Farmer ve Seeley 2009, Gay ve ark. 2013, Yiğit ve Erden 2015) ilişkisini gösteren çalışmalar mevcuttur.

Bu çalışmada mizaç ve karakter özellikleri ile uyumsuz şemaların ilişkisi, depresif duygudurumu açıklamak için kullanılmıştır. Alanyazında hem kişilik özelliklerinin hem de şemaların depresyonla yakından ilişkili olduğu gösterilmiştir. Dolayısıyla hangi mizaç ve karakter özelliğinin ve hangi şema alanının bir arada depresif duygudurumu açıklayacağı önemli bir sorudur. Buradan hareketle yürütülen çoklu regresyon analizinde, cinsiyetin etkisi kontrol edildiğinde, varyansı en iyi yordayan değişkenlerin sırasıyla kopukluk şema alanı, kendini yönetme ve zarardan kaçınma olduğu görülmüştür. Yani tüm değişkenler bir arada incelendiğinde söz konusu üç değişken depresyonu açıklamada diğer değişkenlerin önüne geçmiştir. Zarardan kaçınma ve kendini yönetmeye ilişkin bulgu alanyazın ile uyumludur (Cloninger ve ark. 2006, Farmer ve Seeley 2009, Gökdağ ve Arkar 2016). Benzer şekilde, kopukluk şema alanının depresyon için bilişsel bir yatkınlık faktörü olduğu göz önüne alındığında, bu şema alanına dair bulgu da alanyazın ile uyumlu gözükmektedir (Calvete ve ark. 2013). Kopukluk şeması yüksek kişilerin duygusal ilişki gereksinimlerinin karşılanamayacağını düşünen, yakın ilişkilerden kaçan, bağlanma ve güven sorunu olan kişiler olduğu düşünüldüğünde (Young ve ark. 2003), bu kişilerin sosyal izolasyon sebebiyle depresif belirtiler gösterebileceği akla yatkındır. Nitekim depresyonun kişilerarası bir sorun olduğunu söyleyen ve bu bağlamda ele alınması gerektiğine vurgu yapan kişilerarası kuram (Mufson



ve ark. 2004), depresyonun tedavisinde sosyal çevreyi ele alarak sorunların nedenini tespit etmektedir (Weissman ve ark. 2007). Kopukluk şema alanıyla depresyon arasındaki ilişkiyi vurgulayan çalışmalardan da (Bishop ve ark. 2021; Hoffart ve ark. 2005, Renner ve ark. 2012) hareketle depresyonda sıklıkla görülen sosyal izolasyonun bu şema alanının aktive olmasının bir sonucu olduğu yorumu yapılabilir.

Bu çalışmanın önemli bir diğer bulgusu şema alanlarının zarardan kaçınma mizaç özelliğiyle depresif belirtiler arasında aracı rolde olmasıyla ilgilidir. Sonuçlar zarardan kaçınma mizaç özelliği ile depresif belirtiler arasında bazı erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün öngörüldüğü hipotezi (hipotez 3) desteklemektedir. Mizacın doğuştan getirildiği (Cloninger ve ark. 1993), şemaların mizaç özelliklerinden etkilendiği (Young ve ark. 2003) varsayımıyla ve depresif duygudurumla en yüksek ilişkide olan mizaç özelliğinin zarardan kaçınma olmasından hareketle (Gökdağ ve Arkar 2016, Jylha ve ark. 2013, Nery ve ark. 2009), cinsiyetin kontrol değişkeni, zarardan kaçınmanın bağımsız değişken, BDE toplam puanının bağımlı değişken ve şema alanlarının aracı değişkenler olduğu çoklu aracılık analizi yürütülmüştür. Sonuçlara bakıldığında zarardan kaçınma ile depresif belirtiler arasında kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının aracı etkiye sahip olduğu görülmüştür. Alanyazında söz konusu üç değişkeni bu yönüyle ele alan herhangi bir araştırmaya rastlanmamıştır. Ancak sonuçlarımız Haugh ve arkadaşlarının (2017) kişilik özelliği ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiye ebeveynlik ile kopukluk şema alanının etkileşiminin aracılık ettiği sonucuyla benzerdir. Ayrıca Halvorsen ve arkadaşlarının (2009) çalışmasında depresif belirtiler, kopukluk, diğerleri yönelimlilik, zedelenmiş otonomi ve zedelenmiş sınırlar şema alanları ile yordanmıştır. Küçük farklılıklar olmakla birlikte bu bilgi bizim bulgularımızla benzerlik göstermektedir. Nitekim zarardan kaçınmayla birlikte ele alındığından bu farklılık anlaşılabilir. Aracı değişken analizi bulgularına göre zarardan kaçınma depresif belirtileri yordamaktadır, ancak şemalarla birlikte modele girdiğinde zarardan kaçınmanın etkisi hala anlamlı olmakla birlikte bir miktar düşmektedir. Yani zarardan kaçınma depresif belirtileri kopukluk ve yüksek standartlar üzerinden açıklamaktadır. Dolayısıyla zarardan kaçınmanın hem depresif belirtiler hem de erken dönem uyumsuz şemalar için mizaçsal bir yatkınlık oluşturduğu söylenebilir. Zarardan kaçınma özelliği üzerine, yaşamın ilk yıllarında gelişmeye başlayan kopukluk şeması (duygusal olarak izole olmak, güven sorunlarının olması, kendini beğenilmez olarak görmek vb.) depresif belirtilere zemin hazırlıyor gibi görünmektedir. Ancak yüksek standartlar şemasıyla ilgili bulgu beklenenin tersinedir. Çünkü bu şema zarardan kaçınma ile depresif belirtiler arasındaki ilişkiye negatif yönde aracılık etmiştir. Alanyazında diğer şemalar kadar güçlü olmasa da yüksek standartlar ile depresif belirtilerin pozitif yönde ilişkili olduğu bilinmektedir (Bishop ve ark. 2021). Nitekim bu çalışmadaki korelasyon sonuçları da bu bulguyu desteklemiştir. Ancak zarardan kaçınma ile birlikte yüksek

standartlar şema alanının ilişki yönü farklılaşmıştır. Belki de endişeli, gergin, karamsar bir mizaç özelliğine yatkınlığı olan kişiler kendilerine yüksek standartlar koyarak (başarı için çok çalışmak gerektiğine inanmak) zarardan kaçınmanın olumsuz etkisini azaltmaya çalışıyor olabilmektedirler. Bu yönüyle kopukluk şeması zarardan kaçınmanın etkisini artırıyor, yüksek standartlar hafifletiyor olabilir. Ancak konuyla ilgili daha derinlemesine çalışmalara ihtiyaç vardır.

Sonuç olarak bulgular, mizaç ve karakter özelliklerinin erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkili olduğunu ve depresif belirtileri de bu yolla etkileyebileceğini vurgulamaktadır. Bu çalışmada mizaç özelliklerinin doğuştan getirildiği bilgisine dayanılarak yalnızca depresif belirtileri açıklayan mizaç özelliği olan zarardan kaçınma ele alınarak aracı değişken analizleri yürütülmüştür. Karakter özelliklerinin erken dönem uyumsuz şemalarla hemen hemen benzer zamanlarda gelişmesinden (herhangi bir öncelik-sonralık etkisi söz konusu olamayacağından) hareketle aracılık analizi bu özellikler üzerinden yürütülmemiştir. Sonuçlar zarardan kaçınma mizaç özelliğinin üstüne oluşan uyumsuz şemaların depresif belirtilere yol açabileceğini düşündürmektedir. Bu bulgu Young ve arkadaşlarının (2003) öne sürdüğü kuramsal arka planla uyumludur. Kopukluk ve yüksek standartlar şemaları, zarardan kaçınmanın depresyon üzerindeki etkisini paylaşmaktadır. Dolayısıyla bu sonuçlar hem ruhsal bozuklukları önleme hem de tedavi etme uygulamalarına uyarlanabilir. Örneğin depresyon ortaya çıkmadan zarardan kaçınma mizaç özelliği ve uyumsuz şemaları olan bireyler tespit edilip onlar üzerinde önleme çalışmaları yürütülebilir.

Bu çalışmanın sonuçları depresyon tedavisinde şema terapinin önemini bir kez daha vurgulamaktadır. Zarardan kaçınma ile depresif belirtilere şemalar aracılık ediyorsa, uyumsuz şemaları bir bakıma uyumlu hale getirmenin depresyon düzeyi üzerinde etkili olacağı düşünülmektedir. Nitekim şema terapinin depresyon tedavisi için etkili şekilde kullanıldığı farklı çalışmalarda gösterilmiştir (Carter ve ark. 2013, Malogiannis ve ark. 2014). Ek olarak depresyon için uygulanan şema terapide kişilik özellikleriyle de çalışılması bu terapinin etkililiğini arttırabilir. Çünkü şemalar aracı etkiye sahip olsa da zarardan kaçınma mizaç özelliğinin depresif belirtiler üzerindeki etkisinin sağlam olduğu açıktır. Şema terapide çocukluk yaşantıları ele alındığı ve kişilik özelliklerinin çocukluk yıllarında olduğu düşünüldüğünde şema terapinin depresyon için kullanılabilir olması akla yatkındır. Ek olarak şemalarla çok yüksek ilişkide olan kendini yönetme ve iş-birliği yapma karakter özellikleri de psikoterapi uygulamalarında ele alınması gereken konulardandır. Yani bu kişilik özelliklerini desteklemek suretiyle uygulanan terapiler daha etkili olabilir. Tüm bunlar dikkate alınarak gelecek çalışmaların, şema terapinin depresyon tedavisindeki etkililiği üzerinde daha fazla durması gerektiğini düşündürmektedir.

Alanyazında, psikobiyolojik kişilik modeli, erken dönem uyumsuz şemalar ve depresif belirtilerin ayrı ayrı incelendiği

çalışmalar olsa da üçünün bir arada aracılık modeliyle incelendiği herhangi bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu açıdan bakıldığında bu araştırmanın, söz konusu değişkenler arasındaki ilişkiye odaklanan öncü çalışmalardan biri olduğu ve şema terapi modelini (Young ve ark. 2003) destekleyen bulgulara sahip olduğu düşünülmektedir. Ek olarak psikobiyolojik kişilik modeliyle şema kuramı arasındaki ilişki görece az sayıda çalışma ile incelenmiştir, hatta var olan çalışmalarda herhangi bir model test edilmemiştir. Bu açıdan bakıldığında çalışmanın alanyazına katkı yapacağı düşünülmektedir. Yine de YŞÖ-KF3'ün dilimize uyarlamasında 18 yerine 14 boyutlu bir yapının söz konusu olduğu, bu boyutların Türkçe formunda farklı şema alanlarının altında yer aldığı ve bu sebeple bazı şema alan ve boyut isimlerinin kuramda yer alan özgün isimlerinden farklılaştığı göz ardı edilmemelidir.

Bu çalışmanın bazı sınırlılıkları bulunmaktadır. İlk örneklem özellikleriyle ilgilidir. Bu çalışma genç yetişkin üniversite öğrencilerinden oluşan bir örneklem ile yürütülmüştür. Oysaki farklı yaş gruplarından kişilerle ve daha ötesinde klinik örneklemle yapılacak gelecek çalışmalar konuyla ilgili daha net yorumlar yapılmasına imkân sunabilir. Ayrıca, değişkenler arasındaki ilişkilerin klinik bir grup üzerinde test edilmesi ve yorumlanması alanyazına önemli katkılar sağlayabileceği gibi psikoterapi uygulamalarına dair daha kesin yorum yapılmasına yol açabilir. Çalışmanın ikinci sınırlılığı örneklem sayısına ilişkindir. Her ne kadar yapılan analizler için yeterli örnekleme ulaşılmış olsa da regresyon ve aracılık modeli analizlerine örneklem kısıtlılığı nedeniyle şema boyutları dâhil edilememiştir. Gelecek çalışmalarda daha geniş örneklemelerde tüm şemaların ele alınması önerilmektedir. Çalışmanın bir diğer sınırlılığı katılımcıların şemalarının gelişimini etkileyebilecek aile bilgileriyle ilgili özelliklere ulaşılamamış ve bu bilgilerin analizlere eklenememiş olmasıdır. Oysaki katılımcıların nasıl bir aile ortamında büyüdükleri, nasıl bir ebeveynliğe maruz kaldıkları ya da bağlanma biçimleri gibi özellikler çalışmamızda ele alınan değişkenler için önemlidir. Dolayısıyla gelecek araştırmaların bu bilgilere de ulaşarak ve test edilen modele yeni değişkenlerin de eklenmesiyle tasarlanması önem arz etmektedir. Son olarak çalışmanın kesitsel bir desenle yürütülmesi de bir sınırlılıktır. Konu ile ilgili erken çocukluk döneminde başlayacak uzun süreli boylamsal çalışmalara ihtiyaç olduğu açıktır.

## KAYNAKLAR

- Arkar H, Sorias O, Tunca Z ve ark. (2005) Mizaç ve Karakter Envanteri'nin Türkçe formunun faktör yapısı, geçerlik ve güvenilirliği. *Türk Psikiyatri Derg* 16: 190-204.
- Atalay H, Akbaş NB, Zahmacıoğlu O ve ark. (2013) Are early maladaptive schemas, temperament and character dimensions correlated?. *Open J Psychiatry* 3: 206-13.
- Beck AT, Rush AJ, Shaw B ve ark. (1979) *Cognitive Therapy of Depression*. New York: The Guilford Press.
- Beck AT, Ward CH, Mendelson M ve ark. (1961) An inventory for measuring depression. *Arch Gen Psychiatry* 4: 561-71.
- Bishop A, Younan, R, Low J, Pilkington PD (2021) Early Maladaptive Schemas and Depression in Adulthood: A Systematic Review and Meta-Analysis. *Clin Psych Psychother* 29: 111-30.
- Bowlby J (1973) Attachment and loss: Volume II: Separation, anxiety and anger. In *Attachment and Loss: Volume II: Separation, Anxiety and Anger* (pp. 1-429). London: The Hogarth Press and the Institute of Psycho-Analysis.
- Calvete E (2014) Emotional abuse as a predictor of early maladaptive schemas in adolescents: Contributions to the development of depressive and social anxiety symptoms. *Child Abuse Negl* 38: 735-46.
- Calvete E, Estévez A, López de Arroyabe E ve ark. (2005) The Schema Questionnaire—Short Form: structure and relationship with automatic thoughts and symptoms of affective disorders. *European J Psych Assess* 21: 90-9.
- Calvete E, Orue I, Hankin BL (2013) Transactional relationships among cognitive vulnerabilities, stressors, and depressive symptoms in adolescence. *J Abn Child Psychol* 41: 399-410.
- Carter JD, McIntosh VV, Jordan J ve ark. (2013) Psychotherapy for depression: a randomized clinical trial comparing schema therapy and cognitive behavior therapy. *J Affect Dis* 151: 500-5.
- Chen CY, Lin SH, Li P, Huang WL ve ark. (2015) The role of the harm avoidance personality in depression and anxiety during the medical internship. *Medicine* 94: e389.
- Cheung G, Oldeheaver CT (2006) Personality trait of harm avoidance in late-life depression. *Int J Geriatr Psychiatry* 21: 192-4.
- Cloninger CR (1987) A systematic method for clinical description and classification of personality variants: A proposal. *Arch Gen Psych* 44: 573-88.
- Cloninger CR, Bayon C, Svrakic DM (1998) Measurement of temperament and character in mood disorders: A model of fundamental states as personality types. *J Affect Dis* 51: 21-32.
- Cloninger CR, Przybeck TR, Svrakic DM ve ark. (1994) The Temperament and Character Inventory (TCI): A guide to its development and use. Center for Psychobiology of Personality. Department of Psychiatry, Washington University School of Medicine.
- Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck TR (1993) A Psychobiological model of temperament and character. *Arch Gen Psych* 50: 975-90.
- Cloninger CR, Svrakic DM, Przybeck TR (2006) Can personality assessment predict future depression? A twelve-month follow-up of 631 subject. *J Affect Dis* 92: 35-44.
- De Fruyt F, Van de Wheel L, Van Heeringen C (2000) Cloninger's psychobiological model of temperament and character and the five-factor model of personality. *Pers Individ Diff* 29: 441-452.
- Dozois DJA, Beck AT (2008) Cognitive schemas, beliefs and assumptions. KS Dobson, DJA Dozois (Ed.), *Risk Factors of Depression* içinde. ABD: Elsevier.
- Eberhart NK, Auerbach RP, Bigda-Peyton J ve ark. (2011) Maladaptive schemas and depression: Tests of stress generation and diathesis-stress models. *J Soc Clin Psychol* 30: 75-104.
- Farmer RF, Seeley JR (2009) Temperament and character predictors of depressed mood over a 4-year interval. *Depress Anx* 26: 371-81.
- Fossati A, Donati D, Donini M ve ark. (2001) Temperament, character, and attachment patterns in borderline personality disorder. *J Pers Dis* 15: 390-402.
- Gawęda Ł, Kokoszka A (2014) Meta-cognitive beliefs as a mediator for the relationship between Cloninger's temperament and character dimensions and depressive and anxiety symptoms among healthy subjects. *Compr Psychiatry* 55: 1029-37.
- Gay LE, Harding HG, Jackson JL ve ark. (2013) Attachment style and early maladaptive schemas as mediators of the relationship between childhood emotional abuse and intimate partner violence. *J Aggress Maltreat Trauma* 22: 408-24.
- Gökdağ C, Arkar H (2016) Psikobiyolojik kişilik modeli ve bilişsel kuram arasındaki ilişkilerin majör depresyon tanılı hastalarda ve sağlıklı bireylerde incelenmesi. *Türk Psikiyatri Derg* 27: 257-65.

- Halvorsen M, Wang CE, Richter J ve ark. (2009) Early maladaptive schemas, temperament and character traits in clinically depressed and previously depressed subjects. *Clin Psychol Psychother* 16: 394-407.
- Harris AE, Curtin L (2002) Parental perceptions, early maladaptive schemas, and depressive symptoms in young adults. *Cognit Ther Res* 26: 405-16.
- Haugh JA, Miceli M, DeLorme J (2017) Maladaptive parenting, temperament, early maladaptive schemas, and depression: a moderated mediation analysis. *J Psychopath Behav Assess* 39: 103-16.
- Hayes AF (2013) Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A Regression-based Approach. Guilford Press.
- Hisli N (1989) Beck Depresyon Envanteri'nin üniversite öğrencileri için geçerliliği, güvenilirliği. *Türk Psikol Derg* 7: 3-13.
- Hoffart A, Sexton H, Hedley LM ve ark. (2005) The structure of maladaptive schemas: A confirmatory factor analysis and a psychometric evaluation of factor-derived scales. *Cognit Ther Res* 29: 627-44.
- Jylha P, Ketokivi M, Mantere O ve ark. (2013) Temperament, character and personality disorders. *Eur Psychiat* 28:483-91.
- Kaçar-Başaran S, Özyağcı B, Arkar H (2019) Zarardan Kaçınma, Tekrarlayıcı Düşünme, Kontrol Odağı ve Depresif Belirtiler Arasındaki İlişkiler: Durumsal Aracılık Modeli. *Türk Psikol Derg*, 34: 57-69.
- Köse S, Sayar K, Ak I ve ark. (2004) Mizaç ve Karakter Envanteri (Türkçe TCI): Geçerlik, Güvenirliği ve Faktör Yapısı. *Klinik Psikofarmakol Bulteni* 14: 107-31.
- Kudo Y, Nakagawa A, Wake T ve ark. (2017) Temperament, personality, and treatment outcome in major depression: a 6-month preliminary prospective study. *Neuropsych Dis Treat* 13: 17-24.
- Lengua LJ, Kovacs EA (2005) Bidirectional associations between temperament and parenting and the prediction of adjustment problems in middle childhood. *J Appl Develop Psych* 26: 21-38.
- Lim CR, Barlas J, Ho RCM (2018) The effects of temperament on depression according to the schema model: a scoping review. *Int J Environ Res Public Health* 15: 1231.
- Mairet K, Boag S, Warburton W (2014) How important is temperament? The relationship between coping styles, early maladaptive schemas and social anxiety. *Int J Psychol Ther* 14: 171-90.
- Malogiannis IA, Arntz A, Spyropoulou A ve ark. (2014) Schema therapy for patients with chronic depression: a single case series study. *J Behav Ther Exper Psychiatry* 45: 319-29.
- Mardaga S, Hansenne M (2007) Relationships between Cloninger's biosocial model of personality and the behavioral inhibition/approach systems (BIS/BAS). *Pers Individ Diff* 42: 715-22.
- Marijnissen G, Tuinier S, Sijben AES ve ark. (2002) The Temperament and Character Inventory in major depression. *J Affect Dis* 70: 219-23.
- Markett S, Montag C, Reuter M (2016). Anxiety and harm avoidance. JR Absher, J Cloutier (Ed.), *Neuroimaging personality, social cognition, and character içinde*. Academic Press.
- Martinotti G, Mandelli L, Di Nicola M ve ark. (2008) Psychometric characteristic of the Italian version of the Temperament and Character Inventory—Revised, personality, psychopathology, and attachment styles. *Compr Psychiatry* 49: 514-22.
- Matsudaira T, Kitamura T (2006) Personality traits as a risk factors of depression and anxiety among Japanese students. *J Clin Psychol* 62: 97-109.
- Mufson L, Dorta KP, Moreau D ve ark. (2004) *Interpersonal Psychotherapy for Depressed Adolescents* (2. Baskı). New York: Guilford Press.
- Muris P (2006) Maladaptive schemas in non-clinical adolescents: Relations to perceived parental rearing behaviours, big five personality factors and psychopathological symptoms. *Clin Psych Psychother* 13: 405-13.
- Nery FG, Hatch JP, Nicoletti MA ve ark. (2009) Temperament and character traits in major depressive disorder: influence of mood state and recurrence of episodes. *Depress Anx* 26: 382-8.
- Perna G, Vanni G, Di Chiaro NV ve ark. (2014) Childhood trauma, temperament, and character in subjects with major depressive disorder and bipolar disorder. *J Nerv Ment Dis* 202: 695-8.
- Preacher KJ, Hayes AF (2008) Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behav Res Meth* 40: 879-91.
- Renner F, Lobbestael J, Peeters F ve ark. (2012) Early maladaptive schemas in depressed patients: Stability and relation with depressive symptoms over the course of treatment. *J Affect Disord* 136: 581-90.
- Rothbart MK (2007) Temperament, development, and personality. *Curr Dir Psychol Sci* 16: 207-12.
- Rusting CL (1998) Personality, mood, and cognitive processing of emotional information: three conceptual frameworks. *Psychol Bull* 124: 165-96.
- Sevi Tok ES, Arkar H (2012). Psikobiyolojik Kişilik Modeli ile Beş Faktör Kişilik Kuramının Türk örnekleminde karşılaştırılması. *Anadolu Psikiyatri Derg* 13: 262-9.
- Shah R, Waller G (2000) Parental style and vulnerability to depression: the role of core beliefs. *J Nerv Ment Dis* 188: 19-25.
- Smith DJ, Duffy L, Stewart ME ve ark. (2005) High harm avoidance and low self-directedness in euthymic young adults with recurrent, early-onset depression. *J Affect Dis* 87: 83-9.
- 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 Derg* 20: 75-84.
- Tabachnick BG ve Fidell LS (2013) *Using Multivariate Statistics* (6. Baskı). United Kingdom: Pearson.
- Thimm JC (2010) Personality and early maladaptive schemas: A five-factor model perspective. *J Behav Ther Exper Psychiatry* 41: 373-80.
- Watson D, Naragon-Gainey K (2014) Personality, emotions, and the emotional disorders. *Clin Psychol Sci* 2: 422-42.
- Weissman MM, Markowitz JC, Klerman GL (2007) *Clinician's Quick Guide to Interpersonal Psychotherapy*. New York: Oxford University Press.
- Yiğit İ, Erden G (2015) Çocukluk çağı istismar yaşantıları ile genel psikolojik sağlık arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların aracı rolü. *Türk Psikol Derg* 30: 47-59.
- Young JE, Brown G. (1990) *Young Schema Questionnaire*. New York: Cognitive Therapy Center of New York.
- Young JE, Klosko JS, Weishaar ME (2003) *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. New York: Guilford Press.