



JSES

Journal of Sustainable Educational Studies



Geliş/Received: 15.01.2022 Kabul/Accepted: 18.02.2022

OKULLARDA YÜRÜTÜLEN ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMA ODAKLI ÇALIŞMALAR ÜZERİNE BİR DERLEME¹

Pınar ÖCAL²

Tuğba YILMAZ BİNGÖL³

Özet

Şema bireyin çevresindeki çeşitli karmaşık uyaran ve deneyimleri düzenlemeye yardımcı olan birtakım kalıplar, düzenleyici çerçeveler, soyut yapılarıdır. Örselleyici çocukluk yaşantılarıyla elde edilen, bazı etkileri bakımından tehlikeli, hatalı ve uyum bozucu nitelikte olan, kişinin benliği ve dış dünyaya ilişkin şemalar erken dönem uyumsuz şemalar olarak adlandırılmaktadır. Bu çalışmada ilköğretim ve ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerle yürütülen, çeşitli problemlerle ilişkili erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmaların derlenmesi amaçlanmıştır. Çalışmada nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi kullanılmıştır. Sonuç olarak erken dönem uyumsuz şemaların okullarda çalışılan pek çok sorun alanıyla ilişkili ya da yordayıcı değişken olarak tespit edildiği görülmüştür. Okullarda erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili sınırlı sayıda araştırma olması ve bu çalışmanın erken dönem uyumsuz şemaların ilköğretim ve ortaöğretim okullarında ele alınma durumunu ortaya koyması açısından önemli olduğu düşünülmektedir. Çalışmada son olarak okullarda erken dönem uyumsuz şemaların ele alınmasına ilişkin araştırmacılara ve alanda çalışan uzmanlara çeşitli önerilerde bulunulmuştur.

Anahtar Sözcükler: Şema terapi; erken dönem uyumsuz şema; okullarda şema terapi

A REVIEW ON THE EARLY MALADAPTIVE SCHEMA-FOCUSED STUDIES CARRIED OUT AT SCHOOLS

Abstract

A schema is a set of patterns, regulatory frameworks, and abstract structures that help organise various complex stimuli and experiences in the individual's environment. The schemas related to one's self and the outside world, which are acquired through traumatic childhood experiences, which are dangerous, inaccurate and disorienting in terms of some effects, are called early maladaptive schemas. In this study, it is aimed to compile national studies conducted with students studying in primary and secondary schools, which deal with early maladaptive schemas associated with various problems. Document analysis, one of the qualitative research methods, was used in the study. As a result, it has been observed that early maladaptive schemas are associated with many problem areas studied in schools or as a predictor variable. It is thought that there is a limited number of studies on early maladaptive schemas in schools and this study is substantial in terms of revealing the case of early maladaptive schemas in primary and secondary schools. Finally, various suggestions were made to researchers and experts working in the field regarding the handling of early maladaptive schemas in schools.

¹ Bu çalışma 18-19 Aralık 2021 tarihlerinde FSMVU Eğitimde Mükemmeliyet Araştırmaları Kongresi'nde (EMAK-2021) sunulan sözlü bildirinin genişletilmiş hâlidir.

² Yüksek Lisans Öğrencisi, Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Yüksek Lisans Programı, İstanbul-Türkiye, pinar.ocal@stu.fsm.edu.tr, ORCID: 0000-0001-7341-7024

³ Doç. Dr., Fatih Sultan Mehmet Vakıf Üniversitesi, Eğitim Fakültesi, Eğitim Bilimleri Bölümü, Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık ABD, İstanbul-Türkiye, tbingol@fsm.edu.tr, ORCID: 0000-0002-1104-2244

Keywords: Schema therapy; early maladaptive schema; schema therapy in school

Makale Türü (Article Type): Araştırma Makalesi/Research Article

Kaynakça Gösterimi: Öcal, P., & Yılmaz Bingöl, T. (2022). Okullarda yürütülen erken dönem uyumsuz şema odaklı çalışmalar üzerine bir derleme. *Journal of Sustainable Educational Studies (JSES)*, (Ö1), 145-156.

1. GİRİŞ

Şema kavramı psikoloji literatüründe sıklıkla karşılaşılan bir terimdir. Şema kavramı bireyin çevresindeki çeşitli karmaşık uyaran ve deneyimleri düzenlemeye yardımcı olan birtakım kalıplar ya da düzenleyici çerçeveler anlamına gelmektedir (Rafaeli, Berstein ve Young, 2020). Şemalar, kişinin karşılaştığı bir durumda geriye dönüp durumu değerlendirmesini, o durumu anlamlandırmasını, algılamasını ve bu bilgiyi yeniden düzenlemesini sağlamaktadır (Nancy, 2016; Yılmaz, 2020). Bu bağlamda şema kavramı bilgiye ulaşmada ve onu anlamlandırmadaki kısa yollar olarak düşünülebilir. Woolfolk'a (2001) göre, şemalar bireyin bilgilerini düzenleyen soyut yapılar olarak değerlendirilmekte; bir kavramı, bir beceriyi algılama ve anlamayı sağlayan bir model olarak karşımıza çıkmaktadır. Şemalar bireysel yapılar ve bu nedenle kişiden kişiye farklılık göstermektedir (Akt. Güner, 2013).

Bireyin örseleyici çocukluk yaşantılarıyla elde edilen, kişinin benliği ve dış dünyaya ilişkin olan şemalar bazı etkileri bakımından tehlikelidirler (Rafaeli, Berstein ve Young, 2020). Şemalar bazen daha işlevsel yollar olarak bir durumun keskin bir şekilde kavranmasını sağlayan yapılar olarak karşımıza çıkarken bazen de hatalı ya da uyum bozucu nitelikte olabilmektedir. Bu durumda bireyin kendisi ve dünya ile ilgili görüşlerinde uyum bozucu bir rol üstlenen yapılara erken dönem uyumsuz şemalar adı verilmektedir (Yanık, 2015).

Young, Klosko ve Weishaar (2009) erken dönem uyumsuz şemaların temel özelliklerini şöyle sıralar:

- Genel, yayılımcı içerik ve örüntülerden oluşurlar ve kişinin belli bir derecede fonksiyonelliğine olumsuz bir etkileri vardır.
- Anılar, duygular, bilişler ve fiziksel duyumlardan oluşan yapılar.
- İçerikleri kişinin kendisine yönelik algıları ve başkalarıyla olan ilişkileri üzerine şekillenmiştir.
- Ortaya çıkışı çocukluk ve gençlik dönemlerinde olmakla birlikte yaşam boyunca gelişmeye devam ederler.

Erken dönem uyumsuz şemalar çocuğun temel güvenlik, başkaları ile bağlanma, özerklik, özgüven, kendini ifade etme, gerçekçi sınırlar gibi ihtiyaçların karşılanmadığı durumlarda gelişirler (Young ve Klosko, 2021).

Şemaların gelişimini tetikleyen durumlar Rafaeli, Bernstein ve Young (2020) tarafından çocukluk dönemi ihtiyaçlarının karşılanmaması, bebeklikten itibaren uzun süreli travmatik yaşantıların varlığı, çocuğun iyi olandan fazla alma deneyimini yaşaması ve bu sayede sınır koyulmadan ya da fazla sınırlarla büyütülmesi, çocuğun hayatındaki önemli ötekilerle seçici bir içselleştirme ve özdeşim yaşaması, çocuğun mizacı, çevre ve kültür etkisi olarak sıralanmıştır.

Rafaeli, Bernstein ve Young (2020), erken dönem uyumsuz şemaları karşılanmamış temel ihtiyaçlardan oluşan beş alanda sınıflandırılmaktadır. Tablo 1'de bu alanlar gösterilmiştir.

Tablo.1. Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı

1. Terk Edilme/İstikrarsızlık
2. Güvensizlik/Kötüye Kullanılma
3. Duygusal Yoksunluk
4. Kusurluluk/Utanc
5. Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma

Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı

6. Bağımlılık/Yetersizlik
7. Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanıksızlık
8. Yapışıklık/Gelişmemiş Benlik
9. Başarısızlık

Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı

10. Haklılık/Büyüklenmecilik
11. Yetersiz Özdenetim/Özdisiplin

Diğeri Yönelimlik Şema Alanı

12. Boyun Eğicilik
13. Fedakârlık
14. Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık

Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı

15. Karamsarlık/Kötümserlik
16. Duyguların Bastırılması
17. Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik
18. Cezalandırıcılık

Tablo 1’de görüldüğü gibi şema alanları ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve kendini ortaya koyma, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlik, aşırı tetikte olma ve bastırılmışlık şema alanı olarak isimlendirilmektedir.

Ayrılma ve Reddedilme Şema Alanı: Bu alanda güvenlik, emniyet, istikrarlı bir şekilde devam etme, kabul etme ve saygı gösterme, duyguların paylaşımı, empati gibi temel olan evrensel ihtiyaçlardan yoksun kalınması ile ilgili şemalar mevcuttur. Bu alandaki şemalara sahip olan bireyler başkalarına güvenme konusunda sorun yaşamakta, sağlıklı ve tatmin edici bir bağlanma kuramamaktadırlar (Bitane, 2019). Erken çocuklukta kopuk, uzun ayrılıkların yaşandığı, soğuk ve reddedici bir ortamın hâkim olduğu, genellikle şiddet uygulanan, öngörülemeyen ve tacizkar davranışların görüldüğü bir aile ortamı içerisinde geliştiği düşünülmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2020).

Zedelenmiş Özerklik ve Kendini Ortaya Koyma Şema Alanı: Bu şema alanına sahip bireylerin, özellikle çocukluk yaşantılarında başkalarından bağımsız ve özgür bir şekilde var olmaları ve bu şekilde hayatlarına devam edebilme girişimleri büyük oranda kısıtlanmıştır. Bu doğrultuda bu şema alanına sahip olan bireyler hayatlarında kendilerini ortaya koymakta zorluklar yaşamaktadırlar (Altunçanak, 2020). Bu şema alanının otonomi, özerk olma, rekabet gibi temel evrensel ihtiyaçlardan yoksun bırakılmasıyla ilişkili olduğu düşünülmektedir (Ulutürk, 2021) Bu şema alanının gelişiminin bireylerin çocukluk döneminde bakım verenleri tarafından aşırı koruyucu ya da aşırı ihmalkâr bir tutumla yetiştirilmesinden kaynaklandığı düşünülmektedir (Tunçel, 2019).

Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı: Bu şema alanına sahip bireyler başkalarına karşı sorumluluklarını yerine getirmede ve bir hedefe uzun süre odaklanmakta sorun yaşayabilmektedirler. Bu doğrultuda bu şema alanına sahip bireyler başkalarının haklarına saygı göstermede, onlarla iş birliği içerisinde olma, diğerlerine verdikleri sözleri tutma ve kendileri ile ilgili gerçekçi hedefler koyma yönünden problemler yaşamaktadırlar (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2020). Erken çocukluk dönemindeki ailenin fazla izin verici veya çok fazla serbest bırakan bir yapısının olması, ebeveynlik yönünden çocuk için uygun bir rehberliğin yapılmadığı ya da yapılan bu rehberliğin üstünlük olarak algılandığı durumlarla ilişkili bir şema alanıdır (Young, Klosko ve Weishaar, 2009).

Diğeri Yönelimlik Şema Alanı: Bu şema alanında bireylerin kendilerini başkalarına kabul ettirebilmek için kendi ilgi ve isteklerini geri plana atarak başkalarının ilgi ve isteklerine önem verilmesi söz konusudur. Bu şema alanına sahip bireylerin erken çocukluk yaşantılarında ebeveynleri tarafından koşullu kabule dayanan bir ilişkilerinin olduğu düşünülmektedir. Bu koşullar altında birey ancak ailesine karşı belirli koşulları yerine getirdiğinde ilgi ve sevgi aldığı için, ergenlik ve yetişkinlik dönemlerinde de kendisini kabul ettirebilmek için yine aynı yolu izlediği görülmektedir (Tunçel, 2019).

Aşırı Tetikte Olma ve Bastırılmışlık Şema Alanı: Bu şema alanıyla ilişkili temel evrensel ihtiyaçlar kendiliğindenlik ve oyun ihtiyaçlarıdır. Erken çocukluk yaşantılarında bu ihtiyaçların yok sayıldığı görülmektedir. Dolayısıyla çocuğun kendiliğinden ortaya çıkan hislerini, dürtülerini ve seçimlerini bastırması üzerine odaklandığı görülmektedir. Bu şema alanının genellikle acımasız, talepkar ve bazen de cezalandırıcı aile içerisinde geliştiği söylenebilir. Aile içerisinde sürekli olarak kendini ortaya koyma, kurallarla aşırı ilgili olma keyif, gevşeme ve oyun gibi spontan durumlara baskın gelir. Birey erken dönem çocukluk yaşantılarından itibaren sürekli olarak dikkat ve tetikte; bunu kaybederse her şeyin bozulacağına ilişkin bir inanç geliştirmiştir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2020).

Şemalar bir durum karşısında düşüncelerimizi, duygularımızı ve davranışlarımızı etkilerler. Bu etki süreci içerisinde bireyler şemalarıyla farklı yollarla baş etmeye çalışırlar. Şema teslimi ile kişi şemalarına boyun eğer,

onu kabul eder ve şemasını güçlendiren, onu sürekli kılan düşünsel ve davranışsal stratejileri kullanır (Young ve Klosko, 2021). Şema kaçınması bireyin şema hakkında düşünmekten, onun varlığını hissetmekten kaçınması, şemasını tetikleyecek durum ve kişilerden uzak durmasıdır (Tuncer, 2019). Şema telafisi şemayı tetikleyen uyarıcılara karşı bir tepki geliştirmekle karakterizedir ve saldırganlık/düşmanlık, güç, manipülasyon, aşırı kendine güven, tanınma ya da statü arama, istismar, pasif-agresif başkaldırma ve aşırı düzenlilik gibi davranışları içerdiği söylenebilir (Alevsaçanlar, 2015; Young, 1994). Şema telafisini kullanan kişiler şemalarının tam tersi şekilde düşünce, duygu ve davranış içerisindedirler ve bu doğrultuda hareket ederler. Terk edilmemek için terk etmek, eleştirilmemek için sürekli eleştirmek şema telafisine örnek olarak gösterilebilir (Caner, 2009).

Şema eylemleri ya da modları, birey için belirli bir zaman diliminde aktif ve baskın olan duygusal durumlara, kişide var olan şemalara ve bu şemalarla başa çıkma biçimlerine karşılık gelmektedir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2020). Çocuk modları (incinmiş, öfkeli, mutlu çocuk), yetişkin modu (sağlıklı yetişkin), ebeveyn modları (talepkar ve cezalandırıcı ebeveyn) ve başa çıkma modları (teslim, kaçınma, telafi) bulunmaktadır. Sağlıklı yetişkin şema modunda kişi ihtiyaçlarının farkında, bunu başkalarına uyumlu şekilde göstermekte ve diğerlerinin ihtiyaçlarına da karşılık vermektedir. Duygu düzenlemesi yeterli, dünyayı bir bütün içerisinde algılamaktadır. Şema Terapide amaç olumsuz bir mod olan incinmiş çocuk modunu terapiye taşımak ve sağlıklı yetişkin modunu güçlendirmektir (Akt. Ulutürk, 2021).

Şema odaklı terapide, kişinin şemalarının belirlenmesi ilk adım olmak üzere, bilişsel yeniden yapılandırma, “sınırlı yeniden ebeveynlik”, terapi ilişkisi içerisinde şemaların ele alınması, imgeleme, şemaları ile kişinin sağlıklı yönü arasında diyaloglar kurdurma ve özellikle yakın ilişkilerdeki uyum bozucu döngülerin kırılabilmesi açısından sistematik davranışçı teknikler gibi uygulamalardan yararlanılmaktadır (Caner, 2009, Young, Klosko, Weishaar, 2003). Şemaları keşfetmenin ve onları anlamının, çeşitli psikoterapötik müdahaleler yoluyla onları değiştirmenin, bireyin kişisel değişiminde anahtar rolde olduğu düşünülmektedir (Arntz ve Jacop, 2016; Ulutürk, 2021).

Literatür incelendiğinde erken dönem uyumsuz şemaların bireyin yaşamında pek çok problemle ilişkili olduğu görülmektedir. Şema odaklı terapide ele alınan erken dönem uyumsuz şemaların kaygı, depresyon, madde kötüye kullanımı, psikosomatik bozukluklar, bağımlılık, kaçınma, ilgi arayıcılık, mükemmeliyetçilik gibi pek çok problemin temelini oluşturduğu söylenebilir (Rafaeli, Bernstein ve Young, 2020).

Okullarda özellikle ergenlik dönemindeki öğrenciler gelişim dönemleri itibarıyla bazı uyum sorunları yaşamaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaların da bu uyum sorunlarıyla ilişkili olduğunu gösteren çalışmalar mevcuttur (Arı, 2020; Bitane, 2019; Sarıkaş, 2020). Bu bağlamda erken dönem şemalarla ilgili okullarda çalışmalar yapılması, sorunlara çok geç kalınmadan ve sorunlar henüz çok kökleşmeden müdahale edilmesinin önemli olduğu düşünülmektedir.

Literatür incelendiğinde okullarda erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili sınırlı sayıda araştırma olması ve bu çalışmanın hem bu konudaki kısıtlılığı hem de erken dönem uyumsuz şemaların ilköğretim ve ortaöğretim okullarında hangi konularla ele alındığını ortaya koyması açısından önemli olduğu düşünülmektedir.

1.1. Araştırmanın Amacı

Bu çalışmada ilköğretim ve ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerle yürütülen, çeşitli problemlerle ilişkili erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmaların derlenmesi amaçlanmıştır. Bu çalışmada aşağıdaki alt amaçlara ulaşılması hedeflenmektedir:

1. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmaların türleri nedir?
2. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmalar hangi yıllarda yazılmıştır?
3. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmaların illere göre dağılımı nasıldır?
4. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmalarda hangi gruplarla çalışılmıştır?
5. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmalarda hangi konularla çalışılmıştır?

6. Okullarda öğrenim gören öğrencilerle yürütülen erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal çalışmalarda ulaşılan sonuçlar nelerdir?

2. YÖNTEM

Bu çalışmada ulaşılan araştırmalar incelenirken nitel araştırma yöntemlerinden doküman analizi tekniği kullanılarak veriler toplanmıştır. Doküman analizi yazılı belgelerin içeriğini özenle ve sistematik bir biçimde analiz etmek için kullanılan nitel bir araştırma yöntemidir (Kıral, 2020; Wach, 2013). Çalışmada verilere ulaşmak için Dergipark, Ulusal Tez Merkezi ve Google Akademik'te “erken dönem uyumsuz şema”, “okul ve erken dönem uyumsuz şema” anahtar kelimeleri girilerek arama yapılmıştır. Arama sonuçlarında örneklem grubunun herhangi bir ilköğretim ya da ortaöğretim kurumu olmadığı makale ve tezler çalışma kapsamından çıkarılmıştır. Çalışmada erken dönem uyumsuz şema konusunu ele alan ve okullarda yürütülen 07.12.2021 tarihinden önce yayınlanmış ulusal 13 tez ve 5 makale incelenmiştir. İncelenen çalışmaların araştırmaların türü, yılı, araştırmanın yapıldığı il, çalışma grubu, araştırmada çalışılan konu bilgileri sunulmuş ve çalışmaların sonuçları özetlenmiştir.

3. BULGULAR

Türkiye’de ilköğretim ve ortaöğretim okullarında öğrenim gören öğrencilerle yürütülen, çeşitli problemlerle ilişkili erken dönem uyumsuz şemaların ele alındığı ulusal araştırmalardan elde edilen verilere yönelik bulgular çalışmanın bu kısmında yer almaktadır.

3.1. Araştırma Türleri

Alan yazında okullarda yürütülen erken dönem uyumsuz şema odaklı ulusal 13 tez ve 5 makale olmak üzere toplam 18 araştırma olduğu görülmektedir. Tez araştırmalarının 10 tanesinin yüksek lisans ve 3 tanesinin doktora çalışması olduğu görülmektedir.

3.2. Araştırma Yılları

Ulaşılan tez çalışmalarının yıllarına bakıldığında 2020 yılında 4, 2019 yılında 4, 2021-2016-2015-2013 ve 2007 yıllarında 1’er çalışma olduğu görülmektedir. Makale çalışmalarında ise 2020 yılında 3, 2021 ve 2015 yıllarında 1’er çalışma olduğu görülmektedir.

3.3. Araştırmaların Yürütüldüğü İller

Tez araştırmalarının illere göre dağılımına bakıldığında İstanbul’da 8; Kocaeli, Konya, Ankara, Burdur ve Çanakkale’de 1’er çalışma yapıldığı tespit edilmiştir. Makale çalışmalarının 3’ü İstanbul’da, 1’i Kocaeli’nde yürütülürken, 1 çalışmanın da hem İstanbul hem de Kırgızistan’da yürütüldüğü tespit edilmiştir.

3.4. Araştırmada Yer Alan Çalışma Grupları

Okullarda yürütülen tez çalışmalarından 9 tanesinin lise öğrencileriyle, 3 tanesinin ortaokul öğrencileriyle, 1 tanesinin de hem lise hem ortaokul öğrencileriyle yürütüldüğü tespit edilmiştir. Makale çalışmalarında ise tüm araştırmaların lise grubu öğrencileriyle yapıldığı görülmektedir.

3.5. Araştırmada Çalışılan Konular

Okullarda erken dönem uyumsuz şema ile ilgili hangi konu başlıklarının çalışıldığı incelendiğinde; tez çalışmalarında öz şefkat, duygusal özerklik, psikolojik bozukluklar, duygu düzenleme, patolojik üst bilişler, ebeveynlik biçimleri, OKB, ebeveyn psikolojik kontrolü, iyi oluş, kişilik bozuklukları, baş etme becerileri, anne kabul-red algısı, akran zorbalığı, ölçek geliştirme gibi konu başlıklarının çalışıldığı; makale çalışmalarında ise maneviyat ve şiddet eğilimi, ruhsal bozukluklar, akademik beklentilere ilişkin stres, kişilik özellikleri gibi konu başlıklarının çalışıldığı görülmektedir. Bu konu başlıklarından duygu düzenlemenin 3 tez çalışmasında yer almakta olduğu ve en çok çalışılan konu olduğu görülmektedir. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemalar çeşitli demografik değişkenlerle de çalışılmıştır.

3.6. Araştırmalara İlişkin Sonuçlar

Araştırmalara ilişkin sonuçlar iki başlıkta ele alınmıştır. Bunlardan tez çalışmalarına ilişkin sonuçlara bakıldığında; en son yapılan çalışma olarak Koçak’ın (2021) çalışması görülmüştür. Bu çalışma Kocaeli ilindeki 556 lise öğrencisi ile yürütülmüştür. Araştırmada öz-şefkat ile duygusal özerklik arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünü incelenmiştir. Araştırmanın sonuçlarına göre, öğrencilerin duygusal yoksunluk

şeması, yetersiz öz-denetim şeması, kendini onaylamama şeması ve karamsarlık şemasının öz şefkat ile duygusal özerklik arasındaki ilişkide aracı bir rolünün olduğu saptanmıştır.

Balaban (2020), İstanbul ilinde 9., 10., 11. ve 12. sınıfta öğrenim gören 412 lise öğrencisi ile yürüttüğü araştırmada psikolojik bozuklukların erken dönem uyumsuz şemalar ve duygu düzenleme ile arasındaki ilişkinin incelenmesi amaçlamıştır. Sonuçta, psikolojik bozuklukların tamamı ile erken dönem uyumsuz şemaların tümü arasında anlamlı düzeyde ilişki olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca psikolojik bozuklukların bazı duygu düzenleme biçimleri ve erken dönem uyumsuz şemalar tarafından yordandığı sonucuna ulaşılmıştır. Erken dönem şemaların cinsiyete göre anlamlı düzeyde farklılaştığı; kız öğrencilerin karamsarlık, onay arama, ayrıcalıklık ve cezalandırma şema alanlarının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, erkek öğrencilerin kusurluluk şema puanının da kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu araştırma sonuçları arasındadır. Araştırmada ayrıca 12. sınıf öğrencilerinin ayrıcalıklık şema puanının daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Sarıkaş (2020), İstanbul ilinde 9 ortaöğretim kurumunda yer alan 15-18 yaş arası öğrencilerle yürüttüğü araştırmasında ergenlerin patolojik üst bilişsel faaliyetlerinin, erken dönem uyumsuz şemaların ve algılanan ebeveynlik biçimlerinin obsesif kompulsif bozukluk (OKB) belirtilerini yordama düzeyini incelemiştir. Anne ile ilgili araştırma sonucuna bakıldığında üst bilişlerden bilişsel izlemenin erken dönem uyumsuz şemalardan karamsarlık, terk edilme ve yüksek standartlar şemalarının ve aşırı koruyucu-evhamlı ebeveynlik biçimlerinin birlikte OKB puanlarını istatistiksel açıdan anlamlı olarak yordadığı saptanmıştır. Baba ile ilgili araştırma sonucunda ise, üst bilişlerden bilişsel izleme ve olumsuz üst endişelerin ve erken dönem uyumsuz şemalardan karamsarlık, terk edilme ve yüksek standartlar şemalarının OKB belirtilerini istatistiksel olarak yordadığı sonucuna ulaşılmıştır.

Gülbahçe (2020), İstanbul'da çeşitli özel öğrenim kurumlarında öğrenim gören 14-16 yaş arasındaki 332 lise öğrenci ile yaptığı çalışmada erken dönem uyumsuz şemalarla yeme tutumları arasındaki ilişkiyi incelemiştir. Araştırmada şema alanlarından kendini onaylamama, yetersiz özdenetim, haklılık şemalarının yeme tutumunu anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemalardan duygusal yoksunluk şema alt boyutu ile yeme tutumu arasında zayıf düzeyde ve pozitif yönde anlamlı ilişki tespit edilmiştir.

Arı (2020), Konya İl Merkezi Selçuklu İlçesindeki liselerde eğitim görmekte olan 592 lise son sınıf öğrencisiyle (119'u obez, 69'u zayıf; 231'i normal, 173'ü hafif şişman) yürüttüğü araştırmasında obez ergenlerin erken dönem bilişsel şemalarını ve duygu düzenleme becerilerini karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Araştırma sonucunda, erken dönem uyumsuz şema alanlarının işlevsel olmayan duygu düzenleme becerilerini daha güçlü açıkladığı; erken dönem uyumsuz şema alanı puanı yüksek ergenlerin işlevsel olmayan duygu düzenleme puan ortalamalarının erken dönem uyumsuz şema alanı puanı düşük olan ergenlere göre anlamlı olarak daha yüksek olduğu saptanmıştır.

Çanakkale merkez ilçelerdeki liselerde 2018-2019 eğitim-öğretim yılında eğitimini sürdüren 462 öğrencinin ebeveyn psikolojik kontrolü, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunlarının ilişkisinin incelenmesi amacıyla Bitane (2019) tarafından yapılan araştırmada psikolojik kontrol ve erken dönem uyumsuz şemaların birlikte uyum sorunlarını yordadığı saptanmıştır. Ayrıca erken dönem uyumsuz şemaların bazı değişkenlerle ilişkileri de araştırmada incelenmiştir. Araştırmada erken dönem uyumsuz şemalardan ilişkide kopukluk ve reddedilmişlik, zedelenmiş özerklik ve performans ile aşırı tetikte olma baskılama/ketleme şema alanlarının kız öğrencilerde erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Erken dönem uyumsuz şemaların ebeveyn eğitim düzeyine göre değişmediği araştırma sonuçları içerisinde yer almaktadır.

Tuncer (2019), 2018-2019 eğitim öğretim yılında İstanbul Ümraniye ilçesinde eğitim gören 10 farklı okuldan tesadüfi küme örnekleme yöntemiyle seçilen 564 tane 8.sınıf öğrencisinin erken dönem uyumsuz şemaları ve iyi oluşları arasındaki ilişkiyi araştırmıştır. Ayrıca erken dönem uyumsuz şema alanları ve iyi oluş puanlarını bazı değişkenler açısından incelemiştir. Yapılan araştırma sonuçlarına göre, kız öğrencilerin ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş özerklik ve performans ile aşırı tetikte olma ve baskılama/ketleme puanlarının erkek öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, tüm şema alanları puanlarının algılanan düşük başarı düzeyine göre anlamlı düzeyde arttığı saptanmıştır. Ayrıca öğrencilerin iyi oluşu ile yapışıklık şeması arasında pozitif yönde, diğer tüm şema alanları ile negatif yönde anlamlı ilişkiler olduğu tespit edilmiştir. Araştırmanın sonucu beş şema alanının tümünün de iyi oluşun anlamlı yordayıcıları olduğunu göstermektedir. Araştırma sonucunda şema alanlarından ayrılma ve reddedilme, zedelenmiş sınırlar, başkalarına yönelimlilik ve aşırı tetikte olma ile

baskılanma/ketlenmedeki artışın iyi oluştaki azalmayla, zedelenmiş özerklik ve performanstaki artış iyi oluştaki artışla ilişkili olduğu tespit edilmiştir.

Önder'in (2019) Burdur merkezde 1629 ortaokul öğrencisiyle gerçekleştirdiği araştırmada öğrencilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişki ve öğrencilere ait bazı değişkenlere göre ölçeklerden elde edilen puanlar arasında istatistiksel olarak anlamlı düzeyde farklılaşma olup olmadığı incelenmiştir. Yapılan araştırma neticesinde, erkek öğrencilerin erken dönem uyumsuz şema puanlarının kız öğrencilere göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu, öğrencilerin erken dönem şemalarının anne ve baba eğitim düzeyine göre farklılaştığı, eğitim seviyesi yükseldikçe uyum bozucu şemaların varlığının azaldığı tespit edilmiştir. Bu bulgulara ek olarak öğrencilerin erken dönem uyumsuz şemalar ile duygu düzenleme yöntemleri arasında orta ya da düşük düzeyde ilişki olduğu saptanmıştır. Son olarak "Zedelenmiş Özerklik ve Performans" şema alanı ile "Başkalarına Yönelimlilik" şema alanının duygu düzenleme varyansının %33'ünü açıkladığı, "Kopukluk ve Reddedilmişlik" şema alanının ise varyansın %21'ini açıkladığı sonucuna ulaşılmıştır.

İlk (2019), İstanbul'un 3 ilçede ve 9 ortaöğretim kurumunda eğitim gören 14-18 yaş aralığındaki 520 öğrenciyle yaptığı araştırmada ergenlerde kişilik bozukluklarının görülme sıklığını ve kişilik bozukluklarında erken dönem uyumsuz şemaların yordayıcı etkilerini incelemiştir. Araştırma sonucunda, ergenlerde kişilik bozukluğunun yaygınlığı %23,27 olarak belirlenirken; tüm erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozuklukları ile anlamlı bir ilişkisinin olduğu görülmüştür. Araştırma bulgularında paranoid, şizoid ve şizotipal kişilik bozukluklarının en çok Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ile ilişkili olduğu, davranım bozukluğunun en çok Kusurluluk şeması ile ilişkili olduğu; borderline kişilik bozukluğunun en çok Sosyal İzolasyon/Güvensizlik şeması ile ilişkili olduğu; narsistik ve histriyonik kişilik bozukluklarının ise en çok Yüksek Standartlar ve Onay Arayıcılık Şeması ile ilişkisi olduğu; bağımlı kişilik bozukluğunun en çok İç içe geçme/Bağımlılık şeması ile ilişkili olduğu; çekingen kişilik bozukluğunun en çok Başarısızlık Şeması ile ilişkili olduğu; OKB'nin ise en çok cezalandırıcılık şeması ile ilişkili olduğu tespit edilmiştir. Ayrıca kişilik bozukluklarının erken dönem uyumsuz şemalar tarafından %22 ile %53,4 aralığında değişik oranlarda yordandığı araştırma sonuçları arasındadır.

İstanbul ili Üsküdar ilçesinde özel bir anadolu lisesinde öğrenim gören 148 öğrenciyle Aksoy (2016) tarafından yapılan çalışmada, 14-18 yaş grubu ergenlerin internet bağımlılığının şema mekanizmaları ve baş etme becerilerinin ilişkisi incelenmiştir. Yapılan araştırma neticesinde ergenlerin 18 uyumsuz şema ile baş etme becerilerinden kaçınma biçimi arasında pozitif yönde, kuvvetli ve anlamlı bir ilişki tespit edilmiştir. Ayrıca çalışma grubundaki ergenlerin kusurluluk, yetersiz öz-denetim ve boyun eğicilik şemaları ile internet bağımlılıkları arasında yine pozitif yönlü kuvvetli ve anlamlı bir ilişki olduğu saptanmıştır.

İstanbul'da bir devlet okulunda eğitim gören 350 ortaokul öğrencisiyle Tarçalır Erol (2015) tarafından yapılan araştırmada akran zorbalığı uygulayan ve zorbalığa maruz kalan öğrencilerin erken dönem uyumsuz şemalarının tespit edilmesi amaçlanmıştır. Araştırmadan elde edilen sonuçlara göre zorbalık gösteren öğrencilerde başarısızlık, onay arayıcılık ve haklılık şemalarının; zorbalığa maruz kalan öğrencilerde kuşkuculuk ve kötüye kullanılma, terk edilme ve tutarsızlık şemalarının; zorba/kurban olan öğrencilerin kuşkuculuk ve kötüye kullanılma, başarısızlık, terk edilme ve tutarsızlık şemalarının yüksek çıktığı tespit edilmiştir.

Güner (2013), 2011-2012 eğitim öğretim yılında İstanbul'da bulunan toplamda 54 özel ve devlet ilk ve orta öğrenim kurumuna devam eden 10-16 yaş grubundan 983 öğrenciyle "çocuk ve ergenler için erken dönem uyumsuz şema ölçekler takımının" geçerlik, güvenilirlik ve norm çalışmasını yapmıştır. Çalışmada araştırmacı tarafından hazırlanan soru havuzu, farklı uzmanlık alanlarına sahip 10 hakem tarafından değerlendirilmiş, pilot uygulamaların ardından okuma anlama analizleri de yapılarak öncül forma ulaşılmıştır. Son aşamada 2250 kişilik bir grupta ölçeğin, cinsiyet, yaş, cinsiyet-yaş grupları için de norm çalışmaları gerçekleştirilmiştir. Yapılan analizler sonucunda 10-16 yaş çocuk ve ergenler için erken dönem uyumsuz şema ölçekler takımının (ÇEŞÖT) geçerli, güvenilir, özgün bir ölçek olduğu tespit edilmiştir.

Sarıtaş (2007), Ankara'da 356 lise öğrencisi ile yaptığı araştırmada öğrencilerin anne kabul-red algısı ile psikolojik sıkıntıların arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünü incelemiştir. Araştırma verileri incelendiğinde, genel olarak anne red algısının ve şemaların ergenlerin psikolojik sıkıntıları üzerinde temel etkileri olduğu ancak öğrencilerin yalnızca ayrılma-reddedilme şemasının anne red algısı ve öfke arasında aracı bir rol üstlendiği sonucuna ulaşıldığı görülmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili olarak yapılan makale çalışmalarına bakıldığında ise ortaya çıkan sonuçlardan; Ekşi ve Okan (2021) İstanbul'da 5 farklı lisede eğitim gören 446 öğrenciyle gerçekleştirdiği

araştırmalarında maneviyat ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkilerinde erken dönem uyum bozucu şemaların düzenleyici rolünü incelemişlerdir. Yapılan analiz sonuçlarına göre, maneviyat ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemalardan bağımlılık ve cezalandırıcılık şemalarının moderatör rolünün olduğu tespit edilmiştir.

Balaban ve Bilge (2020), İstanbul ilinde öğrenim gören 9., 10., 11. ve 12. sınıf lise öğrencileriyle yaptığı araştırmada ergenlerde görülen ruhsal bozuklukların erken dönem uyumsuz şemalarla ilişkilerini, erken dönem şemaların ruhsal bozuklukları yordama düzeylerini ve bu yordamada cinsiyetin düzenleyici rolünün olup olmadığını incelemiştir. Araştırma neticesinde ruhsal bozuklukları en fazla yordayan şema alanlarının kopukluk/reddedilme, zedelenmiş özerklik/başarısızlık, başkalarına odaklı olmak ve aşırı uyarılma/ketleme olduğu tespit edilirken; kopukluk/reddedilme şema alanının kızlarda dikkat eksikliği, depresyon, panik bozukluk, yaygın anksiyete ve obsesif kompulsif bozuklukların düzeylerini; erkeklerde de davranım bozuklukları düzeylerini arttırdığı tespit edilmiştir. Ayrıca erkeklerde zedelenmiş özerklik/başarısızlık şema alanının davranım bozukluğunu arttırdığı bir diğer araştırma sonucudur.

Koçak (2020), lise öğrencilerinde erken dönem uyumsuz şemaları ile akademik beklentilere ilişkin stres arasındaki ilişkiyi incelediği araştırmasını Kocaeli’nde öğrenim gören 369 lise öğrencisi ile yürütmüştür. Yapılan araştırma neticesinde, yetersiz özdenetim dışındaki tüm erken dönem uyumsuz şemalar ile akademik beklentilere ilişkin stres arasında istatistiksel olarak pozitif yönlü ve anlamlı ilişki olduğu saptanmıştır. Buna ek olarak duygusal yoksunluk, yapışıklık/gelişmemiş benlik, başarısızlık, karamsarlık ve cezalandırıcılık, dayanıksızlık, yetersiz özdenetim erken dönem uyumsuz şemalarının lise öğrencilerinin akademik beklentilere ilişkin stres düzeylerini anlamlı düzeyde yordadığı sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucu dikkate alındığında, lise öğrencilerinin akademik beklentilerini ilişkin stres düzeyleri için erken dönem uyumsuz şemaların önemli bir risk faktörü olduğu görülmektedir.

Ekşi, Tunçer ve Sevim (2020), 2018-2019 eğitim öğretim yılında İstanbul’da eğitimine devam eden 429 lise öğrencisi ile yürüttükleri çalışmada ergenlerin erken dönem uyumsuz şemaları ile kişilik özellikleri arasındaki ilişkiyi ve öğrencilerin kişilik özelliklerinin sahip oldukları erken dönem uyumsuz şemaları yordama gücünü incelemişlerdir. Araştırma sonucunda, kopukluk ve reddedilmişlik şema alanı ile nevroitiklik ve sorumluluk alt boyutları arasında, zedelenmiş özerklik ve performans şema alanı ile nevroitiklik ve sorumluluk alt boyutu arasında, zedelenmiş sınırlar şema alanı ile uyumluluk ve nevroitiklik alt boyutu arasında, aşırı tetikte olma ve baskılama şema alanı ile nevroitiklik ve sorumluluk alt boyutu arasında, başkalarına yönelimlilik şema alanı ile nevroitiklik ve sorumluluk alt boyutu arasında istatistiksel olarak anlamlı bir ilişki bulunmuştur. Ayrıca araştırma sonuçları nevroitiklik, sorumluluk ve uyumluluk kişilik özelliklerinin çeşitli erken dönem uyumsuz şemaların yordayıcısı olduğunu göstermektedir.

Salimoğlu (2015), lise öğrencilerinin uyum bozucu şemalarını Türkiye ve Kırgızistan örnekleri üzerinden karşılaştırmalı olarak incelemiştir. Çalışmaya 2011-2012 eğitim öğretim yılında İstanbul Bakırköy’de yer alan iki lisedeki 10, 11, 12. sınıf öğrencileri ve Kırgızistan’ın Bişkek şehrindeki iki lisenin 9, 10 ve 11. sınıflarında yer alan öğrenciler katılmıştır. Araştırma sonucunda, öğrencilerin erken dönem uyumsuz şema puanlarının ebeveynlerin medeni durumu, öğrencilerin cinsiyeti ve ebeveynin sağ olup olmadığı değişkenleri açısından hem Türkiye hem de Kırgızistan örneğinde farklılaştığı tespit edilmiştir. Öğrencilerin yaşı, doğum sırası ailelerin ekonomik düzeyi gibi değişkenlerin erken dönem uyum bozucu şemalarla ilişkisinde ise sadece bir grupta farklılaşma olduğu saptanmıştır.

4. TARTIŞMA VE SONUÇ

Bu çalışmada erken dönem uyumsuz şemalar kuramsal olarak ele alınmış daha sonra ülkemizde ilköğretim ve ortaöğretim okullarında erken dönem uyumsuz şema odaklı çalışma bulguları sunulmuştur. İncelenen araştırmalar neticesinde ilköğretim ve ortaöğretim okullarında yürütülen erken dönem uyumsuz şema çalışmalarının kısıtlı olduğu ve var olan çalışmaların lise grubunda yoğunlaştığı dikkat çekmektedir.

Araştırma sonuçlarında okullarda maneviyat ve şiddet eğilimi, öz şefkat ve duygusal özerklik, psikolojik ve ruhsal bozukluklar, kişilik bozuklukları, uyum sorunları, patolojik üst bilişsel faaliyetler, algılanan ebeveynlik biçimleri, yeme bozuklukları, akademik beklentilere ilişkin stres, duygu düzenleme becerileri, iyi oluş, internet bağımlılığı, baş etme yöntemleri, akran zorbalığı, kişilik özellikleri, anne kabul-red algısı ve psikolojik sıkıntılar gibi konu başlıklarının çalışıldığı; erken dönem uyumsuz şemaların pek çok sorun alanıyla ilişkili ya da yordayıcı değişken olarak tespit edildiği görülmüştür.

Erken dönem uyumsuz şemaların lise ve ortaokul öğrencilerinde yaşanan birçok problemle ilişkili olduğu bilgileri ışığında erken dönem uyumsuz şema odaklı çalışmaların okullarda daha fazla ele alınmasının alanda çalışanlara, ailelere ve eğitimcilere katkı sağlayabileceği düşünülmektedir. Araştırmaların çoğunluğunun İstanbul ilinde yürütüldüğü görülmektedir. İlerde okullarda erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili araştırma sayılarının farklı şehirlerde de artırılması önerilmektedir.

Araştırma yılları incelendiğinde okullarda yürütülen dönem uyumsuz şema odaklı çalışmaların 2013 yılından itibaren hız kazandığı ve özellikle 2019 ve 2020 yılları arasında yoğunlaştığı dikkat çekmektedir. 2013 yılından önce yapılmış tek bir çalışma mevcuttur ve bu çalışmada yetişkinlere yönelik şema ölçeğinin kullanıldığı görülmektedir (Saritaş, 2007). 2007 yılından önce yapılan bir çalışmaya rastlanmamıştır. 2013 yılında 10-16 yaş ergenler için erken dönem uyumsuz şema ölçeğinin geçerlik, güvenirlik çalışmalarının yapılmasının ilgili çalışmaların artmasında etkili olduğu düşünülmektedir.

Erken dönem şemaların gelişimi ve desteklenmesi noktasında alanda çalışan psikolojik danışmanların önemli görevlerinin olduğu düşünülmektedir. Şemaların büyük bir kısmı çekirdek aile içinde gelişmektedir (Ulutürk, 2021). Bu nedenle sağlıklı şemaların gelişimine katkı sağlamaları açısından özellikle anne baba tutumları konusunda aile eğitimleri düzenlenebilir. Uygun şemaların zamanında yerleştirilmesi için bu eğitimlerin özellikle okul öncesi kurumlarda yaygınlaşması gerektiği düşünülmektedir.

Ulusal alanyazında ilköğretim ve ortaöğretim kurumlarında erken dönem uyumsuz şemalarla ilgili kısıtlı da olsa çalışmaların olduğu ancak okullarda şema terapi uygulamalarına ilişkin çalışmaların olmadığı dikkat çekmektedir. Bu bağlamda ileride yapılacak araştırmalarda şema terapinin okullarda uygulanmasına odaklanılabilir.

5. KAYNAKÇA

Aksoy, F. (2016). *Ergenlerde internet bağımlılığı ile şema mekanizmaları ve baş etme becerileri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Üsküdar Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Alevsavaşanlar, S. (2015). *Madde bağımlılarında erken dönem uyum bozucu şemalar ve şema sürdürücü başa çıkma davranışları: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Altunçanak, S. (2020). *Okul öncesindeki öğrencilerin sosyal beceri ve davranış sorunlarının yordayıcısı olarak annelerin erken dönem uyumsuz şemalarının incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.

Arı, S. İ. (2020). *Obez ergenlerin erken dönem bilişsel şemalarının ve duygu düzenleme becerilerinin karşılaştırılması olarak incelenmesi*. Yayımlanmamış doktora tezi. Selçuk Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Konya.

Balaban, G. (2020). *Ergenlerde görülen psikolojik bozuklukların erken dönem uyumsuz şemalar ve duygu düzenleme ile ilişkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Sağlık Bilimleri Üniversitesi, Hamidiye Sağlık Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.

Balaban, G., & Bilge, Y. (2020). Ergenlerde görülen ruhsal bozukluklar ve erken dönem uyumsuz şemalar: Cinsiyetin düzenleyici rolü. *Anatolian Journal of Psychiatry/Anadolu Psikiyatri Dergisi*, 21(6), 600-608.

Bitane, B. S. (2019). *Ergenlerin algıladıkları ebeveyn psikolojik kontrolü, erken dönem uyumsuz şemalar ve uyum sorunları ilişkisinin incelenmesi*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Çanakkale On Sekiz Mart Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Çanakkale.

Caner, M. (2009). *Evli bireylerde kendi ebeveynlerini algılama biçimleri, erken dönem uyum bozucu şemalar ve eşe yönelik değerlendirmeler arasındaki ilişkiler: Şema terapi modeli çerçevesinde bir inceleme*. Yayımlanmamış yüksek lisans tezi. Hacettepe Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.

Ekşi, H., Tunçer, B., & Sevim, E. (2020). Ergenlerde beş faktör kişilik özellikleri ve erken dönem uyumsuz şemalar. *Düzce Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 10(2), 318-328.

Ekşi, H., & Okan, N. (2021). Gençlerde maneviyat ve şiddet eğilimi arasındaki ilişkide erken dönem uyum bozucu şemaların moderatör etkisi. *Bilimname*, 44(1), 521-546.

- Gülbahçe, F. (2020). *Ergenlerde erken dönem uyumsuz şemalar ile yeme tutumu arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Güner, O. (2013). *10-16 yaş çocuk ve ergenler için erken dönem uyumsuz şema ölçekler takımının (ÇEŞÖT) geçerlik, güvenirlik ve norm çalışması*. Yayınlanmamış doktora tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- İlk, G. (2019). *Ergenlerde kişilik bozukluklarının görülme sıklığı ve erken dönem uyumsuz şemaların kişilik bozukluklarını yordayıcı etkilerinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Kıral, B. (2020). Nitel bir veri analizi yöntemi olarak doküman analizi. *Siirt Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 8(15), 170-189.
- Koçak, L. (2021). *Lise öğrencilerinde öz-şefkat ile duygusal özerklik arasındaki ilişkide erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolünün incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Sakarya Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Sakarya.
- Koçak, L. (2020). Investigation of the relationship between early maladaptive schemas and academic expectations stress among high school students. *Turkish Psychological Counseling and Guidance Journal*, 10(57), 321-342.
- Önder, A. (2019). *Ortaokul öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemaları ile duygu düzenleme yöntemleri arasındaki ilişkinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Burdur Mehmet Akif Ersoy Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, Burdur.
- Rafaeli, E., Bernstein, D. P., & Young, J. E. (2020). *Şema terapi ayırıcı özellikleri* (10. Basım). (Çev. M. Şaşıoğlu). İstanbul: Psikonet Yayınları.
- Salimoğlu, K. B. (2015). Lise öğrencilerinin uyum bozucu şemalarının karşılaştırmalı olarak incelenmesi, Kırgızistan ve Türkiye örneği. *Manas Sosyal Araştırmalar Dergisi*. 4(2), 131-154.
- Sarıkaş, Ö. (2020). *Ergenlerde obsesif kompulsif bozukluk belirtilerinin üstbilişler, erken dönem uyumsuz şemalar ve ebeveynlik biçimleri çerçevesinde incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Sabahattin Zaim Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Sarıtaş, D. (2007). *Anne kabul red algısının ergenlerin psikolojik sıkıntılarına etkisi. Erken dönem uyumsuz şemaların aracı rolü*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Ortadoğu Teknik Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, Ankara.
- Tarçalır Erol, B. (2015). *Investigating early maladaptive schemas among secondary school children in regard to peer bullying and victimization*. Yayınlanmamış doktora tezi. Bahçeşehir Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Tuncer, E. (2019). *Ergenlerin erken dönem uyumsuz şemaları ile iyi oluşlarının ilişkisinin incelenmesi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Marmara Üniversitesi, Eğitim Bilimleri Enstitüsü, İstanbul.
- Ulutürk, U. (2021). Şema terapi. A. N. Canel (Ed.). *Terapide yeni ufuklar kuramdan uygulamaya* (ss. 27-44). İstanbul: Pinhan Yayıncılık.
- Yanık, D. H. (2015). *Erken dönem uyumsuz şemalar ve mizah arasındaki ilişki*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. Okan Üniversitesi, Sosyal Bilimler Enstitüsü, İstanbul.
- Yılmaz, İ. K. (2020). *Üniversite öğrencilerinde cinsel mitlere inanma düzeyinin erken dönem uyumsuz şemalar ile ilişkisi*. Yayınlanmamış yüksek lisans tezi. İstanbul Gelişim Üniversitesi, Lisansüstü Eğitim Enstitüsü, İstanbul.
- Young, J. E., Klosko, J., & Weishaar, M. E. (2009). *Şema terapi* (Çev. T. Soylu). İstanbul: Litera Yayıncılık.
- Young, J. E., & Klosko, J. S. (2021). *Hayatı yeniden keşfedin* (24. Basım). (Çev. S. Kohen ve D. Güler). İstanbul: Psikonet Yayınları.

6. EXTENDED ABSTRACT

The concept of schema amounts to a set of patterns or regulatory frameworks that help regulate various complex stimuli and experiences in the individual's environment (Rafaeli, Bernstein, & Young, 2020). The schemas related to the person's self and the external world, which are obtained through the traumatic childhood experiences of the individual, are dangerous in terms of some effects (Rafaeli, Bernstein & Young, 2020). Structures that play a distorting role in the individual's views about himself and the world are called early maladaptive schemas (Yanık, 2015).

Rafaeli, Bernstein, and Young (2020), classify early maladaptive schemas in five areas of unmet basic needs. The schema domains are Disconnection and Rejection, Impaired Autonomy and Performance, Impaired Limits, Other-Directedness, Overvigilance and Inhibition.

In schema-focused therapy, techniques such as; determining the person's schemas is the first step, cognitive restructuring, "limited re-parenting", handling schemas in the therapy relationship, imagery, establishing dialogues between the schemas and the healthy side of the person, and especially in terms of breaking the maladaptive cycles in close relationships are benefited. (Caner, 2009; Young, Klosko, Weishaar, 2003).

When the literature is examined, it is seen that early maladaptive schemas are associated with many problems in an individual's life. It can be stated that early maladaptive schemas in schema-focused therapy form the basis of many problems such as anxiety, depression, substance abuse, psychosomatic disorders, addiction, avoidance, attention seeking, and perfectionism (Rafaeli, Bernstein, & Young, 2020).

In schools, especially students in adolescence experience some adaptation problems in terms of developmental periods. There are studies showing that early maladaptive schemas are also associated with these adjustment problems (Ari, 2020; Bitane, 2019; Sarıkış, 2020). In this context, it is thought that it is important to carry out studies on early period schemas in schools and to intervene before it is too late and the problems are not yet deeply rooted.

When the literature is examined, it is thought that there is a limited number of studies on early maladaptive schemas in schools, and this study is significant in terms of both the limitation on this subject and the subjects that early maladaptive schemas are handled in primary and secondary schools.

In this study, it is aimed to compile national studies conducted with students studying in primary and secondary schools, which deal with early maladaptive schemas associated with various problems. In this direction, information about the type of research, the year, the province where the research was conducted, the study group, the subjects studied and the results of the research were summarized and presented.

While examining the researches reached in this study, document analysis, one of the qualitative research methods, was used. Document analysis is a qualitative research method used to carefully and systematically analyse the content of written documents (Kıral, 2020; Wach, 2013). In order to reach the data in the study, the keywords "early maladaptive schema", "school and early maladaptive schema" were entered in Dergipark, National Thesis Center and Google Scholar. In the search results, articles and theses that did not include any primary or secondary education institution in the sample group were excluded from the scope of the study. In the study, 13 national theses and 5 articles published before 07.12.2021, dealing with the subject of early maladaptive schema and conducted in schools, were examined.

As a result of the researches examined, it is noteworthy that the early period maladaptive schema studies carried out in primary and secondary schools are limited, and the existing studies are concentrated in the high school group.

When the provinces and research years in which the research was conducted are examined; It is remarkable that the studies have accelerated since 2013 and intensified especially between the years 2019-2020.

In the results of the research, it is observed that subject headings such as spirituality and violence tendency in schools, self-compassion and emotional autonomy, psychological and mental disorders, personality disorders, adjustment problems, pathological metacognitive activities, perceived parenting styles, eating disorders, stress related to academic expectations, emotion regulation skills, well-being, internet subject headings such as addiction, coping methods, peer bullying, personality traits, perception of maternal acceptance-rejection and

psychological distress has been studied; early maladaptive schemas are associated with many problem areas or are detected as a predictor variable.

In future studies, it is recommended to increase the studies focused on early period maladaptive schemas, to carry out applications to support students' schemas in the school environment, and to conduct family education based on the importance of family attitude in the formation of early period schemas of students. In addition, it is considerable that there are limited studies on early maladaptive schemas in primary and secondary education institutions in the national literature, but there are no studies on schema therapy practices in schools. In this context, it is suggested that future research can focus on the implementation of schema therapy in schools.