

Yayın Geliş Tarihi: 04.08.2023
Yayına Kabul Tarihi: 12.01.2024
Online Yayın Tarihi: 15.0.2024
<http://dx.doi.org/10.16953/deusosbil.1337767>

Dokuz Eylül Üniversitesi
Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi
Cilt: 26, Sayı: 1, Yıl: 2024, Sayfa: 177-207
E-ISSN: 1308-0911

Araştırma Makalesi

ERKEN DÖNEM ŞEMALARIN İLETİŞİM BECERİLERİNİN GELİŞİMİNDEKİ ROLÜ: ÜNİVERSİTE ÖĞRENCİLERİNE YÖNELİK BİR ARAŞTIRMA

Neslihan ÖZMELEK TAŞ*

Ayşen TEMEL EGİNLİ**

Öz¹

Şemalar kişilerin yaşamlarının ilk yıllarında edindikleri bilgi, tecrübe ve bir bakıma bilişsel kalıplar olarak ortaya çıkan ve kişilerin tüm yaşam deneyimleri boyunca sergileyecekleri tutum ve davranışları belirleyen unsurlardır. Bireyler henüz dünyayı yeni algılamakta kendilerine bakım veren kişi/kişilerin onlara yönettikleri sözler, davranışlar ya da herhangi bir tutum onların gelecekte ortaya çıkacak kişiliklerini şekillendirebilmektedir. Yaşam eğrisinin başlangıcında insanlar temel ihtiyaçlarından sonra güvenli bir şekilde bağlanma ihtiyacı hissetmeye ihtiyaç duymaktadır. Bağlanmaya ilişkin temel ihtiyaçları eksik kalmış ya da hiç oluşmamış kişilerin erişkinlik dönemlerinde doğru ve sağlıklı kişilerarası ilişkiler kurmaları güçleşebilmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar, bireylerin ileriki yaşamlarındaki iletişim becerileri de dahil olmak üzere birçok sosyal ve bilişsel süreci üzerinde etki oluşturabilmektedir. Bu çalışma kapsamında, erken dönem uyumsuz şemalar ile iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenmiş ve cinsiyetlere göre farklılıklarına ilişkin analizler yapılmıştır. Bu amaçla Young şema ölçeği kısa formu kullanılarak katılımcıların erken dönem uyumsuz şemaları tanımlanmış, Ersanlı ve Balcı (1998)'nin oluşturduğu iletişim becerileri ölçeği kullanılarak zihinsel, duygusal ve davranışsal boyutlardaki iletişim becerileri belirlenmiştir. Sonuçta katılımcıların erken dönem uyumsuz şemalar ile iletişim becerileri arasında negatif yönlü bir ilişki olduğu, şemalar arttıkça iletişim becerilerinin azaldığı belirlenmiştir. Bu bağlamda kişilerin erken yaşam dönemlerinde edindikleri

Bu makale için önerilen kaynak gösterimi (APA 6. Sürüm):

Özmelek Taş, N. & Temel Eginli, A. (2024). Erken dönem şemaların iletişim becerilerinin gelişimindeki rolü: üniversite öğrencilerine yönelik bir araştırma. *Dokuz Eylül Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 26 (1), 177-207.

*Arş. Gör. Dr., Pamukkale Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü, ORCID: 0000-0002-6348-2495, nozmelek@pau.edu.tr

**Prof. Dr., Ege Üniversitesi, İletişim Fakültesi, Halkla İlişkiler ve Tanıtım Bölümü, ORCID: 0000-0003-4830-4524, aysen.temel.eginli@ege.edu.tr

¹Bu makale Neslihan Özmelek Taş'ın Prof. Dr. Ayşen Temel Eginli danışmanlığında tamamlanan doktora tez çalışmasından üretilmiştir. Araştırma Ege Üniversitesi Bilimsel Araştırma ve Yayın Etiği Kurulunun 08.04.2020 tarih 5/5 sayılı ve 566 Protokol numaralı kararı ile etik açıdan uygun bulunmuştur.

olumsuz deneyimlerin onların ileriki yaşam süreçlerinde gerçekleştirecekleri kişilerarası ilişkilerine zarar verebileceği ortaya çıkmıştır.

Anahtar Kelimeler: Şema, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, İletişim becerileri, Kişilerarası İlişkiler, Kişilerarası İletişim.

THE ROLE OF EARLY SCHEMAS IN THE DEVELOPMENT OF COMMUNICATION SKILLS: A RESEARCH ON UNIVERSITY STUDENTS

Abstract

Schemas are the elements that emerge as the knowledge, experience, and cognitive patterns that people acquire in the first years of their lives and that determine the attitudes and behaviors that people will exhibit throughout their entire life experiences. While individuals are just perceiving the world, the words, behaviors, or any attitude directed to them by the person(s) who care for them can shape their future personalities. At the beginning of the life cycle, people need to feel the need to be securely attached to their basic needs. It may be difficult for people whose basic needs for attachment are missing or not formed at all to establish correct and healthy interpersonal relationships in adulthood. Early maladaptive schemas can have an impact on many social and cognitive processes, including the communication skills of individuals in later life. Within the scope of this study, the relationship between early maladaptive schemas and communication skills was examined and analyzes were made regarding differences according to gender. For this purpose, early maladaptive schemas of the participants were defined using the short form of the Young schema scale, and communication skills in mental, emotional, and behavioral dimensions were determined using the communication skills scale created by Ersanlı and Balcı (1998). As a result, it was determined that there was a negative relationship between the early maladaptive schemas of the participants and their communication skills, and as the schemas increased, their communication skills decreased. In this context, it has been revealed that the negative experiences of people in their early life periods can harm their interpersonal relationships in their later life.

Keywords: Schema, Early Maladaptive Schemas, Communication skills, Interpersonal Relations, Interpersonal Communication.

GİRİŞ

Sosyal bir varlık olan insan, içerisinde bulunduğu ortamda var olabilmek, diğerleriyle etkileşim kurabilmek için iletişim kurma ihtiyacı hissetmektedir. Bireyler iletişim kurmaya en yakın çevrelerinden gördükleri, öğrendikleri, bilgi ve deneyimlerinin bir birikimi sonucunda başlamaktadır. Bu yaşam örüntüleri onların kişilerarası iletişimlerinin belirleyicilerinin başında gelmektedir.

Bireylerin erken yaşam deneyimlerinin kümülatif bir sonucu olarak zihinlerinde yaşama ve ilişkilerine dair şemalar oluşmaktadır. Bunlardan bireylerin yaşamlarını olumsuz etkileyenlerine, erken dönem uyumsuz şemalar adı

verilmektedir. Dolayısıyla, uyumsuz şemalar, kişinin kendisine ve diğer insanlarla ilişkilerine ilişkin anıları, duyguları, bilgisi ve algılarından oluşan durağan bir örüntü kümesidir (Young, Klosko & Weishaar, 2003, s.7) Kişilerin yaşamlarında ortaya çıkan uyumsuz şemaların ana ayırt edici özellikleri ise şu şekilde bir yol izlemektedir; ilk olarak, bir çocuğun aile üyeleriyle iletişim sürecindeki etkileşiminin bir sonucu olarak ortaya çıkan işlevsel olmayan deneyimler; ikincisi, şemaların kendilerini çevreleyen gerçeklik hakkında olgusal bilgi olarak algılanması; üçüncüsü ise, oluşan şemaların dış etkenler tarafından aktivasyonudur (Karaush & Kupriyanova, 2022).

Young, vd. (2003, s. 10)'a göre kişilerin başkalarına güvenli bağlanma, özerklik, yeterlilik ve kimlik duygusu, ihtiyaç ve duyguları ifade etme özgürlüğü, kendiliğindenlik ve oyun, gerçekçi sınırlar ve özdenetim olmak üzere beş temel duygusal ihtiyacı tam olarak karşılanmadığında kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ortaya çıkabilmektedir.

Erken dönem uyumsuz şema literatüründe cinsiyetin erken dönem uyumsuz şemaların oluşumunu önemli ölçüde etkilediği bulunmuştur (Irkörücü, 2016). Erken yaşam dönemlerinde ebeveynlerin kız ve erkek çocuklarına yönelik uyguladığı tutum ve davranışlar onların gelecek yaşam deneyimlerinde etkili olabilmekte ve uyumsuz şemalarının oluşmasına zemin hazırlayabilmektedir (Güler & Yüksel, 2021).

Kişilerin diğerleri ile ilişkilerinde iletişim becerileri ön plana çıkmaktadır. Duygusal, davranışsal ve zihinsel bakımdan kişilerarası iletişimi etkileyen bu faktörler çeşitli unsurlar temelinde ilişkilerin başlangıç, gelişim ve sona erme aşamalarını etkilemektedir. Doğduğu andan itibaren çevresiyle iletişim kurmaya çalışan insan sürekli olarak gelişen ve artan kişilerarası iletişime sahip olmaktadır. Ancak bireylerin yaşamlarının erken dönemlerinde edindikleri şemalar yaşamlarının ilerleyen dönemlerindeki iletişimleri üzerinde çeşitli sonuçlar oluşturabilmektedir.

Bu noktada, bu çalışmanın amacı, kişilerin sahip olduğu şemaların, onların iletişim becerilerini ne yönde etkilediğini ortaya koymak ve cinsiyetlere göre farklılıkları incelemektir.

LİTERATÜR İNCELEMESİ

Şemalar, etki alanı hakkında en yüksek düzeyde genellemeler veya soyutlamalar olan hiyerarşik olarak düzenlenmiş bilgi yapıları, genellemeler içinde yer alan daha spesifik bilgi kategorileri ve en düşük hiyerarşi seviyesindeki kategorinin spesifik örnekleri olarak görülürler. Şemalar, uzun süreli bellekte depolanan içeriğe özgü, bilgi organizasyonlarıdır (Cantor, 1990, s.736). Şemalar deneyimlerden türetilmiştir ve bir kişinin bir nesneyi veya olayı anlamasını yansıtır. Belleğe bir kez yerleştiklerinde, bir kişinin şunları yapmasını sağlayan çerçeveler organize ederler (Stein, 1995, s.187):

- Seçici olarak tek bir uyarana odaklanmak;

- Çıkarımlar yapmak ve uyarana anlam yüklemek;
- Daha sonra kullanmak üzere ilgili bilgileri hafızada saklamak;
- Tutarlı ve amaçlı bir tepkiyi planlamak ve uygulamak.

Erken dönem uyumsuz şemalar, gelişimin erken dönemlerinde başlayıp yaşam boyunca tekrar eden, öz-yıkıcı duygusal ve bilişsel kalıplar olarak tanımlanmakta ve bireyin ihtiyaçlarının ciddi ölçüde karşılanmadığı, zedeleyici erken dönem deneyimleri sonucunda oluşmaktadır (Rafaeli, Bernstein & Young, 2019, s. 19). Bu şemalar çocukluk deneyimleri sırasında (genellikle çocuğun yaşamı üzerinde iç etkiye sahip olan) oluşur ve bireyin çevresel olaylara vereceği yanıtı kontrol eder. Her ne kadar bu faktörler toplumla ilgili olsa da, okul ve akranlar bu şemaları şekillendirmede etkili olmakla birlikte, etkileri aile faktörlerinin etkisiyle aynı değildir (Heravi, Hashemibaghi, Kouhi & Sheikhi, 2019, s. 28). Erken dönem uyumsuz şemalar, benlik ve çevresel bilgi işlemeyi işlevsiz bir şekilde yönlendiren diğerleri hakkındaki temel inançları (koşulsuz varsayımlar) temsil eder, böylece öz algıyı etkiler ve kişilerarası ilişkileri etkiler (Pinto-Gouveia, Castilho, Galhardo & Cunha, 2006, s. 572).

“Bilişsel gelişim alanında bir şema kişilerin kavramları açıklamasına yardımcı, algılamaya aracı ve cevaplara bir kılavuz olma ya da gerçekliği açıklayan örüntü biçiminde tanımlanmaktadır (Young, Kolosko & Weishaar, 2019, s.26-27).”

Literatür incelendiğinde Jeffrey Young ve arkadaşlarının oluşturmuş olduğu toplam 18 erken dönem uyumsuz şema üzerinde durulmaktadır (Davoodi, Wen, Dobson, Noorbala, Mohammadi & Farahmand, 2018; Dozois, Martin & Faulkner, 2013; Drummond & Gatt, 2018; Gong & Chan, 2018; Haugh, Miceli & DeLorme 2017; Khosravani, Sharifi Bastan, Samimi Ardestani & Jamaati Ardakani, 2017). Bunlar aşağıdaki gibi 5 şema alanında gruplandırılmıştır (Ahmadpanah, Astinsadaf, Akhondi, Haghghi, Sadeghi Bahmani, Nazaribadie, Brand, 2017, ss. 72–73; Kavakli vd., 2017, s. 174; Young vd., 2009, s.33-43; Young, vd., 2019, ss. 35–47; Rafaeli vd., 2019, ss. 25–34):

Tablo 1. Beş Temel Şema Alanı ve On Sekiz Temel Şema

"Kopukluk, Ayrılma ve Dışlanma/Reddedilme Şema Alanı"
<ul style="list-style-type: none"> • "Terk Edilme / İstikrarsızlık" • "Güvensizlik / İstismar Edilme" • "Duygusal Yoksunluk" • "Kusurluluk / Utanç" • "Sosyal İzolasyon / Yabancılaşma"
"Zedelenmiş Özerklik ve Performans Şema Alanı"
<ul style="list-style-type: none"> • "Bağımlılık/Yetersizlik" • "Hastalıklar ve Zarar Görme Karşısında Dayanaksızlık" • "İç içe Geçme/Gelişmemiş Benlik" • "Başarısızlık"
"Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı"
<ul style="list-style-type: none"> • "Haklılık / Üstünlük" • "Yetersiz öz-denetim/Öz disiplin"
"Başkalarına Yönelimlilik Şema Alanı"
<ul style="list-style-type: none"> • "Boyun Eğicilik" • "Onay Arayıcılık/Kabul Arayıcılık" • "Kendini Feda"
"Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketleme Şema Alanı"
<ul style="list-style-type: none"> • "Olumsuzluk/Karamsarlık" • "Duyguların Bastırılması" • "Yüksek Standartlar/Aşırı Eleştiricilik" • "Cezalandırıcılık"

Kaynak: Rafaeli vd. (2019, ss.25-34)'ten uyarlanmıştır.

Yukarıdaki Tablo 1'de görülen beş temel şema alanı ve bunların alt kısmında yer alan 18 şemaya ilişkin açıklamalar aşağıda yer almaktadır (Davoodi vd., 2018; Dozois, vd., 2013; Drummond & Gatt, 2018; Gong & Chan, 2018; Haugh, vd., 2017; Khosravani, vd., 2017; Rafaeli vd., 2019, ss. 25–34) :

- **Kopukluk, Ayrılma ve Dışlanma/Reddedilme Şema Alanı:** Bu alanda şemaları olan bireyler, başkalarıyla güvenli, tatmin edici bağlar kuramazlar. Bu alanda şemaları olan bireyler başkalarıyla güvenli ve tatmin edici ilişkiler oluşturamamakla birlikte, istikrar, güven, duygusal olarak tatmin edici bir ilişki, ait olma ve sevgi ihtiyaçlarının karşılanmayacağına dair inançları vardır.
- **Zedelenmiş Özerklik ve Performans Şema Alanı:** Ailelerden gelen köken, çocuğun kişilerarası etkileşimlerde bulunabileceği sosyal alanlarda yeteneklerini göstermede ona engel olabilecek durumlar tuzağa düşürmek, çocuğun güven duygusunu zedelemek, aşırı korumacı olmak veya çocuğu desteklememek olarak belirtilmektedir. Bu durumlarda, kişinin bağımsız olarak algılanan, var olma ve işlev görme ve kendini başarılı bir şekilde ortaya koyma yeteneği, kendisi ve çevresi hakkında beklentileri ile çelişmektedir.

- **Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı:** Bu alanda şemaları olan bireyler, içsel sınırlar, başkalarına karşı sorumluluklar veya uzun vadeli hedef yönelimleri konusunda eksikliklere sahiptir. İletişimde buldukları diğer kişilerin haklarına saygı gösterme, onlarla iş birliği yapma, vaatlerde bulunma veya rasyonel kişisel hedefler belirleme ve bunlara ulaşmada başarılı olamamaktadır.
- **Başkalarına Yönelimlilik Şema Alanı:** Bu şema alanı bulunan bireyler kendilerinin gereksinimleri olsa dahi başkalarının tutku, duygu ve tepkilerine aşırı odaklanma olarak açıklanmaktadır.
- **Aşırı Tetikte Olma ve Baskılama/Ketleme Şema Alanı:** Bireyler bu alandaki şemalara sahip olduklarında kendiliğinden ortaya çıkan duygusal ve dürtüsel durumlarını baskı altına almaktadır. Genelde bireyler, kendi yaşamlarıyla ilgili katı ve içselleştirilmiş kurallara, mutluluk, kendini ifade, gevşeme, yakın ilişkiler veya sağlık durumları pahasına uymaya çalışmaktadırlar.

İçerisinde bulunduğu toplumun bir parçası olarak insan, etkileşim sağlayarak diğerleri ile ilişkiler kurabilmekte bu sayede çevresini tanıyabilmektedir. Geçmişten günümüze gelen kültürel ve iletişimsel miras bugünün iletişim rutinlerini de etkileyebilmektedir. Laswell (1948)' e göre bireylerin toplum içerisindeki iletişim süreci üç işlevi yerine getirmektedir. Bunlar: (a) çevrenin gözetlenmesi, topluluğun içindeki bileşenlerinden tehditlerin ve fırsatların öğrenilmesi (b) çevreye tepki vermede toplumun değer bileşenlerine uygunluk ve (c) sosyal mirasın aktarımı şeklinde ortaya çıkmaktadır.

İnsanların bir arada yaşayabilmeleri için en önemli ihtiyaçlarından biri iletişimdir. İletişim kelimesi, Latince'de "*ortak*" anlamının karşılığı olan "*communis*" kelimesinden türemiştir. İletişim, diğer insanlarla farklı biçimlerde bilgi alışverişi işlemidir (De Giacomo, Craig, Terenzio, Coppola, Campa ve Passeri 2016, s. 2). İletişim tanımlarına bakıldığında, iletişim ortak bir anlayış, bilgi alış verişinden kaynaklanmadığı sürece, iletişimin gerçekleşmediğine dikkat çekilmektedir (Lunenburg, 2010, s. 1).

İletişim, günlük rutinlerimizin hayati bir parçasıdır (Worth, 1998, s. 1). İletişim, ilk insan ve insanlarla birlikte ortaya çıkan ve sürekli gelişen insani ve toplumsal olgudur (Doğan, 1998, s. 45; Dalkılıç, 2004, s. 24). Bu noktada kişiler diğerleriyle etkileşimin gerçekleşmesini sağlayacak, sosyal durumlar bakımından kabul edilebilir olan-reddedilmeye engel-davranış şekillerini ortaya koymak istemekte ve bu davranış şekilleri ise kendisini iletişim becerileri göstermektedir (Erözgen, 2005, s. 60).

İletişimde etkili olmak için, güvenilebileceğiniz birkaç beceri bulunmaktadır. Seçtiğiniz beceri, durumunuza, iletişiminizin alıcısına ve iletmeniz gereken bilgilere bağlı olacaktır. İletişim becerileri iletişimin etkili bir şekilde gerçekleşmesi ve önüne çıkabilecek engelleri kaldırmak için kullanılan araçlar olarak ifade edilebilmektedir. İletişimin önüne çıkabilecek bu engeller kültür farklılıkları, çeşitli beklentiler, kişisel

deneyimler, bakış açısına yönelik farklar veya iletişim stillerinde görülen değişkenlikler şeklinde olabilmektedir (McPheat, 2010).

İletişim becerisi; bireylerin diğerleri ile olan etkileşimleri sırasında kişilerin ihtiyaçlarını, haklarını göz ardı etmeden açık bir şekilde iletişim kurmayı amaçlamaktadır (Hargie, 2011, ss. 4–11). Gordon (1992)’a göre iletişim becerileri; edilgin sessizlik, kabul tepkileri, kapı aralayıcılar, konuşmaya çağrı ve etkin dinleme olarak açıklanmakta ve bunların iletişimi kolaylaştıran etmenler olduğu vurgulanmaktadır (akt. Korkut, 1996, s. 19).

Ersanlı ve Balcı (1998, s. 8), ise iletişimin daha verimli olmasını sağlayan becerileri etkili dinleme ve etkili tepki verme biçiminde ele almışlardır. Ceyhan (2006) etkili iletişim kurma becerilerini; “bir cevap verme, konuşmacının duygularını ve düşüncelerini yansıtmaya, yönlendirici olmayan açık sorular sorma, sözsüz ipuçlarını keşfetme, mesajlara doğru yanıt verme, dinlemeye istekli olma, göz teması kurma, anlamaya odaklanma, düzeltici geri bildirim verme, cevap verme becerisi gerektirir. ”Mesajları, kendini açıklama, empatik anlayışı gösterme, eleştiriye olumlu cevap verme, iddialı davranışlar sergileme, çatışmaları yönetme ve problemleri uygun şekilde çözme ve koşulsuz kabul gösterme” olarak ifade etmektedir (Ceyhan, 2006, s. 368). McKay, Davis & Fanning (2006) iletişim becerilerini altı kategori ve bunların alt bileşenleri şeklinde açıklamaktadır, bunları aşağıdaki Tablo 2’de görmek mümkündür:

Tablo 2. İletişim becerileri bileşenleri

Temel Beceriler	Gelişmiş Beceriler	Çatışma Becerileri	Sosyal Beceriler	Aile Becerileri	Toplumsal Beceriler
Dinleme	Beden dili	Kendini ortaya koyabilme eğitimi	Önyargı	Cinsel iletişim	İnsanları etkileme
Kendini açma	Konuşmanın sözel olmayan öğeleri ve üst iletiler	Adil kavga	İlişki kurma	Çocuklarla iletişim kurmak	Küçük gruplar
İfade etme	Gizli gündemler, karşılıklı davranışsal çözümleme, dili anlaşılır kılmak, kültür ve toplumsal cinsiyet	Pazarlık etme		Aile içi iletişim	Toplum önünde konuşma, görüşme yapma

Kaynak: McKay, vd., (2006)’dan yararlanılarak oluşturulmuştur.

Tablo 2'ye göre, iletişim becerileri altı kategoride incelenebilmektedir. Bunlar; temel beceriler, gelişmiş beceriler, çatışma becerileri, sosyal beceriler, aile becerileri ve toplumsal beceriler'dir. İletişim becerileri kişilerin ortaya koyduğu zihinsel, duygusal ve davranışsal boyutlarda incelenebilmektedir (Ersanlı & Balcı, 1998). Aşağıdaki iletişim becerileri boyutları Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilen İletişim Becerileri Ölçeği maddelerinden yararlanarak oluşturulmuştur:

- **Zihinsel (Bilişsel) Beceriler:** Anlamak, anlatmak ve anlaşmak,
- **Duygusal Beceriler:** Karşıdaki kişinin ruhsal ve duygusal durumunu hissetmek,
- **Davranışsal Beceriler:** İletişim kurulan kişilerin beklenti ve ihtiyaçlarına yönelik tutum ve davranışlar ortaya koyabilmektir.

Kişilerin iletişim kurma süreçleri boyunca sergiledikleri tutum ve davranışlar onların iletişim becerilerini ortaya koymaktadır. Kişiler, empatik iletişim, ikna edici iletişim veya sözsüz iletişimin unsurlarından (beden dili) yararlanarak kişilerarası ilişkilerini sürdürebilmektedir. Kişilerarası ilişkilerin sürdürülmesi bireylerin etkin bir kişilerarası iletişim süreci ortaya koymalarına bağlıdır. Bu noktada kişilerarası iletişim kavramını açıklamakta yarar vardır. Kişilerarası iletişim kavramında yer alan, kişilerarası “interpersonal” kelimesi Latince kökenli bir kelime olup “kişiler arasında” anlamına gelmekte, İngilizce’de “between persons” anlamında kullanılmaktadır. İletişim kelimesi de paylaşmak anlamına gelen Latince kökenli “communicate” ve İngilizce “communication” kelimeleri ile ifade edilmektedir. Bu kelimelere dayanarak ortaya çıkan kişilerarası iletişim “interpersonal communication” iki kişi arasında isteyerek veya istemeden gelişen ilişkilerin, kişisel olmayandan kişisel olana doğru hareket etmesi ile bir kişinin diğerini daha iyi tanımaya başladığı, işlevsel paylaşımların değişimi anlamına gelmektedir (Gürüz & Temel Eginli, 2008b, ss. 49–50).

Şemalar kişilerarası ilişkilerin oluşması ve sürdürülmesi sürecinde temel yapı taşları olarak karşımıza çıkmaktadır. Dolayısıyla erken dönem uyumsuz şemalar kişilerin bilişsel, duygusal ve davranışsal kişilerarası iletişim becerilerini adeta geçmişten gelen klavuz çizgileri gibi şekillendirebilmektedirler. Kişiler arası ilişkiler, sahip olduğunuz en önemli varlıklarla ilişkilidir, anlamlı ve tatmin edici ilişkiler kurma yeteneği büyük ölçüde kişilerarası iletişim yetkinliğine bağlıdır (DeVito, 2014, s.196). Kişiler arası ilişki ya da diğer bir deyişle bağlantı, insanların hayatta kalması için gereklidir. Diğer canlı türlerinin yavrularıyla karşılaştırıldığında, insan yavruları çok olgunlaşmamış bir halde doğarlar ve olgunlaşırken büyük bir özen isterler. Hayatta kalmayı garantilemek için, insanların gruplar oluşturma ve iş birliği yapma konusunda doğuştan gelen bir biyolojik dürtüsü vardır. Böylece grup içinde kendimizi daha güvende hissederiz (Gilbert, 2010). Grup içinde yani kişilerarası ilişkilerin bulunduğu ortamda bireyler geçmişten getirmiş oldukları bilişsel şemalarını kullanarak kişilerarası ilişkilerini düzenlemekte, yorumlamakta ve bu zihinsel şablonlara dayalı olarak kendileri ve diğerleri hakkındaki kararlarına yön vererek ilişkilerini sürdürmektedir.

Thimm (2013)'e göre kişilerarası ilişkilerde kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları tetiklendiğinde, kişiler kendilerine acı veren duygularını yönetebilmek için uyumsuz stratejiler kullanılabilmektedir. Bu durum ise, kişilerarası iletişimlerinde ve ilişkilerinde sorunların ortaya çıkmasına sebep olabilecektir. Bu bağlamda, şemalar kişilerarası ilişkilerde olumsuz etkilere sahip olabilmekte ve kişilerin iletişim süreçlerinde erken dönem olumsuz etkileşim yapılarını yansıtmaktadır. Dolayısıyla geçmişten gelen erken dönem uyumsuz şemalar kişilerin güncel iletişim becerileri üzerinde olumlu veya olumsuz yansımalar oluşturabilecek ve bu durum onların kişilerarası iletişim becerilerini ve kişilerarası ilişki süreçlerini etkileyebilecektir.

Bu çalışma ile ortaya konulmak istenen bireylerin yaşamlarının erken dönemlerinde istemsizce edindikleri uyumsuz şemalarının onların gelecekteki kişilerarası iletişim becerileri üzerinde ne yönde rol oynadığını analizlerle görünür kılmaktır.

Bu doğrultuda oluşturulan araştırma hipotezleri aşağıdaki gibidir:

Tablo 3. Araştırmanın Hipotezleri

Hipotezler	Beklenen Etki	Sonuç
H1: Şemalar ve İletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.	-	KABUL
H2: Şemalar ile İletişim becerilerinin davranışsal boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.	-	KABUL
H3: Şemalar ile İletişim becerilerinin zihinsel boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.	-	KABUL
H4: Şemalar ile İletişim becerilerinin duygusal boyutu ile anlamlı bir ilişki vardır.	+	KABUL
H5: Şema Alt Boyutları ile İletişim becerileri alt boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.	-	KABUL
H6: Kadın ve Erkeklerin Şemalara yönelik algılarına ilişkin olarak cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık vardır.	+	RED

H7: Kadın ve Erkeklerin İletişim Becerilerine yönelik algılarına ilişkin olarak cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık vardır.

+ KABUL

Araştırmanın amacı kapsamında oluşturulan ve Tablo 3'te yer alan hipotezler arasında negatif veya pozitif yönde ilişkinin var olduğunun ortaya çıkması beklenmektedir. Kişilerin erken dönem uyumsuz şemalarının varlığı arttıkça yani YŞÖ'den daha yüksek puan aldıkları takdirde iletişim becerilerindeki başarılarının azalacağı öngörülmektedir.

YÖNTEM

İletişim becerileri kişilerin yaşamlarında yer alan diğerleri ile olan ilişkilerini kurabilmeleri ve sürdürebilmeleri konularında onlara rehberlik etmektedir. Araştırmanın temel amacı, şemaların iletişim becerileri ile olan ilişkisini incelemektir. Araştırmada nicel bir yöntem olan anket yöntemi kullanılmıştır. Nicel araştırma, sayısal veri toplamaya ve onu insan grupları arasında genelleştirmeye veya belirli bir fenomeni açıklamaya odaklanmaktadır (Babbie, 2010). Araştırmanın desenini ilişkisel taramadır. Bu desende iki nicel değişken arasındaki ilişki, bir korelasyon katsayısı temelinde açığa çıkarılmaktadır (Fraenkel, Wallen ve Hyun, 2012).

Örnekleme

Örnekleme seçme yöntemi olarak uygun örnekleme tekniği kullanılmıştır. Uygun örnekleme yönteminde katılımcılar kolay ulaşılabilen, araştırmaya uygun ve gönüllü kişiler arasından seçilir (Gravetter ve Forzano, 2012). Dolayısıyla araştırma kapsamında hem veri bakımından uygun hem de ulaşılma imkânı olan kişiler katılımcı olarak seçilmektedir.

Anket çalışması üniversite 1. Sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Yaş aralığı olarak 17-19 yaş aralığında oldukları öngörülse de öğrencilerin üniversiteyi kazanma yılları, derslerini ilk yılda tamamlayamama durumları ile karşılaşmış, bu nedenle yaş aralığı 17-23 aralığında ortaya çıkmıştır. Bu noktada önem arz eden öğrencinin Lisans eğitiminin ilk yılında bulunmasıdır. Araştırmanın kısıtlılıkları (zaman, ulaşılma, erişim) göz önünde bulundurulduğunda ve evrenden yeterli sayıda örneklem alabilmek gerektiğinden yaklaşık 5000 öğrenciye sahip olan evrenden Alfa=.05 olarak 357-400 kişilik örnekleme ulaşmak hedeflenmekte iken, 11 Mart 2020 tarihinde ülkemizde görülen ilk Coronavirüs vakası ile araştırma online (çevrimiçi) ortamda sürdürülmeye başlanmıştır. Dolayısıyla farklı fakültelerdeki öğrencilere ulaşmada Coronavirüs Pandemisi çok önemli bir kısıtlılık olarak karşımıza çıkmıştır.

Katılımcıların Demografik Analizi

Ölçekler toplam 336 öğrenci tarafından yanıtlanmış; ancak araştırmanın hedef kitlesi olan 1. sınıflar dışındaki veriler çıkarıldığında toplam 299 kişiye ilişkin veri analizi yapılmıştır.

Tablo 4. Cinsiyet ve Yaşa Göre Dağılım

		N	Yüzde
Cinsiyet	Kadın	205	68,6
	Erkek	94	31,4
Yaş	17-24	290	97,0
	25-31	5	1,7
	32-38	3	1,0
	39-45	1	,3
	Toplam	299	100,0

Tablo 4'e göre katılımcıların %68,6 (205)'sının Kadın ve %31,4 (94)'ünün ise Erkek olduğu tespit edilmiştir.

Ankete katılanların yaş gruplarına göre dağılımlarını gösteren Tablo 4'e bakıldığında; katılımcıların 1. Sınıf olmaları sebebiyle yaş aralığı genellikle 17-24 yaş grubunda olup toplam 290 kişidir. 25-31 yaş aralığında sadece 5 kişi, 32-38 yaş aralığında 3 ve 39-45 yaş aralığında ise 1 katılımcı bulunmaktadır.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada katılımcıların Erken Dönem Uyum Bozucu Şemaları belirlemek için Young Şema Ölçeği-Kısa Form (YŞÖ-KF3), İletişim Becerilerini belirlemek için İletişim Becerileri Envanteri uygulanmış ve bu ölçeklere ek olarak bireylerin sosyo demografik bilgilerini belirlemek için ise Kişisel Bilgi Formu kullanılmıştır. Young vd. (2003) erken dönem uyumsuz şemaların değerlendirilmesine yönelik değerlendirme araçları geliştirmişlerdir. Young Şema Ölçeği- Kısa Form (YŞÖ-KF3)'ün geçerlik ve güvenilirliği ülkemizde "Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme" başlığı ile Soygüt, Karaosmanoğlu, ve Çakır (2009) tarafından yapılmıştır. Türkiye'deki üniversite öğrencileri üzerinde uyguladıkları çalışma sonucunda YŞÖ-KF3'ün Türkiye'de yürütülen klinik uygulama ve araştırma faaliyetlerinde kullanılabilirliği açısından, başlangıç aşamasında, kabul edilebilir düzeylerde geçerli ve güvenilir bir değerlendirme aracı olduğu düşünülmektedir. Analiz edilmek üzere şemaların boyutlarını inceleyen Soygüt vd., (2009) yorumlanabilir anlamda 14 faktör olduğunu ve 5 faktörlü yapı ile şema boyutlarının analizinin uygun olduğunu ifade etmektedir. Dolayısıyla YŞÖ-

KF3'ten alınan puan arttıkça kişilerin daha fazla erken dönem uyumsuz şemalara sahip olduğu ortaya çıkmaktadır. İletişim becerileri ölçeği bireylerin kişilerarası ilişkilerde sahip oldukları iletişim beceri düzeylerini belirlemek için Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından geliştirilmiş 45 maddeden oluşan bir ölçektir. Başlangıçta 57 maddeden oluşan taslak durumundaki bu ölçek, tekrar uygulandığında gerçekleştirilen madde analizi sonucunda anlamlılık düzeyi .05 ve üzerinde olan maddeler ile faktörler arasındaki denge göz önünde bulundurularak 3 faktörde 15'er madde olmak üzere 45 maddelik bir ölçek haline gelmiştir. Bu faktörler maddelerin içerikleri dikkate alınarak bilişsel, duygusal ve davranışsal olarak Ersanlı ve Balcı (1998) tarafından isimlendirilmiştir. İletişim becerileri ölçeği likert tipi bir ölçektir. Derecelendirmede; her zaman (5), genellikle (4), bazen (3), nadiren (2), hiçbir zaman (1) anlamına gelmektedir. Test-tekrar test yöntemiyle yapılan güvenilirlik çalışması sonucunda güvenilirlik katsayısı .68, test yarılama yöntemiyle yapılan çalışmada güvenilirlik kat sayısı .64 olarak bulunmuştur. Ölçeğin iç tutarlılığını belirlemek amacıyla hesaplanan Cronbach alpha katsayısı ise .72 olarak bulunmuştur. Bu bulgular ölçeğin güvenilirliğinin kullanılabilir olduğunu göstermektedir. Yapılan geçerlik çalışmasında geçerlik kat sayısı .70 olarak bulunmuştur. Bu değer ölçeğin geçerli sayılabilmesi için yeterli olduğu düşünülmektedir. Bu ölçek doğrultusunda daha yüksek puan elde eden katılımcıların iletişim becerilerinin daha fazla gelişmiş olduğu ifade edilebilmektedir.

Veri analizi

Araştırmada veri toplamak amacı ile hazırlanan anket çalışması, Ege Üniversitesi'ndeki çeşitli fakülte ve yüksek okullarda öğrenim görmekte olan 1. sınıf öğrencilerine uygulanmıştır. Araştırmada literatürde 5 şema alanı olarak yer alan; *kopukluk/reddedilmişlik, zedelenmiş otonomi/performans, zedelenmiş sınırlar, diğerleri yönelimlilik ve aşırı tetikte olma/bastırılmışlık* yerine şemalar kavramı kullanılmıştır. İletişim becerileri ölçeğinin alt boyutları olan davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutları ile şemalar arasındaki ilişki ölçümlenmek istenmektedir. Buna ek olarak katılımcıların şemaları ve iletişim becerileri cinsiyet bağlamındaki farklılık durumlarına göre analiz edilmiştir.

Araştırma kapsamında yapılan anket verilerinin analizi için SPSS (Statistical Programme for Social Sciences) 24 paket programı kullanılarak veriler değerlendirilmiştir. YSÖ (Young Şema Ölçeği) ve İBE (İletişim Becerileri) ölçeklerinin Güvenilirlik (Cronbach's Alpha) ve Geçerlilik (Factor) analizleri Kaiser-Meyer-Olkin Measure Adequacy (KMO and Bartlett's Test) değerleri kullanılmış ve ayrıca Kolmogrov-Simironov ve Shapiro Wilks testleri ile YSÖ ve İBE ölçek ortalamalarına dair Normallik Testleri sonucuna göre her iki ölçeğinde Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerleri incelenmiştir. Araştırma kapsamında geçerlilik, güvenilirlik ve normal dağılım testleri yapılarak sonuçlara ulaşıldıktan sonra, verilerin dağılımına göre parametrik testlerden Pearson Korelasyon ve Bağımsız Örneklem T-Testi değerlerine ilişkin analizler yapılmıştır. Her iki ölçeğinde geçerlilik düzeyleri incelendiğinde; YSÖ ölçeğinin %82 ve İBE

ölçeğinin ise %79 düzeylerinde geçerlilik değerlerine sahip olduğu, bu çıkan sonuçlar ile geçerlilik sınırlarını aştığı ve anlamlı olduğu görülmektedir (0,6'nın üzerinde). YŞÖ ve İBE ölçek ortalamalarına dair yapılan normallik testi sonucuna göre her iki ölçeğinde normal dağılım aralığında ve ayrıca Skewness (Çarpıklık) ve Kurtosis (Basıklık) değerlerine bakıldığında; verilerin $-2 < X < +2$ arasında değerlere sahip olduğu tespit edilmektedir. Ayrıca, YŞÖ Ölçeğinin Ortalama 2,74 ve Medyan 2,72 değerleri birbirlerine çok yakın olması, İBE Ölçeğinin Ortalama 3,58 ve Medyan 3,57 birbirlerine eşit veya yakın değerlerde olması da her iki ölçeğin normal dağılım gösterdiğini belirten istatistiksel bir göstergedir.

Araştırmada İBE ölçeği alt boyutları (*davranışsal, bilişsel ve duygusal boyutlar*) bağımlı değişken, kişilerin cinsiyetleri ise bağımsız değişken olarak tanımlanmış ve bu bağlamda da YŞÖ ve İBE ölçekleri arasında herhangi bir ilişki olup olmadığının analizlerinin değerlendirilmesine yönelik olarak Pearson Korelasyon Katsayısı, Bağımsız Örneklem T-Testi değerleri incelenmek üzere ilgili analizler yapılmıştır.

BULGULAR

Araştırma Bulguları

Araştırma hipotezlerinin tümü yapılan analizler sonucunda doğrulanmıştır. Aşağıda verilen Tablo 5'te araştırma bulgularına ilişkin korelasyon analizleri yer almaktadır.

Tablo 5. Araştırma Bulguları

YŞÖ Alt Boyutları	İBE Alt Boyutları		
	Zihinsel	Duygusal	Davranışsal
Duygusal Yoksunluk	İlişki yok	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,145*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,012, p<0,05)
Başarısızlık	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,204**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,254**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)
Karamsarlık	İlişki yok	Düşük seviyede, pozitif yönlü (,121*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,037, p<0,05)	İlişki yok
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	İlişki yok	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,258**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)
Duyguları Bastırma	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,140**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,015, p<0,05)	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,334**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)
Onay Arayıcılık	İlişki yok	Düşük seviyede, pozitif yönlü (,288*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)	İlişki yok

İç içe Geçme/Bağımlılık	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,298**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,334**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	İlişki yok	Düşük seviyede, pozitif yönlü (.166*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,004, p<0,01)	İlişki yok
Terk Edilme	İlişki yok	Düşük seviyede, pozitif yönlü (.137*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,018, p<0,05)	İlişki yok
Kusurluluk	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,250**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)	İlişki yok	Düşük seviyede, negatif yönlü (-,256**), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)
Yüksek Standartlar	İlişki yok	Düşük seviyede, pozitif yönlü (.225*), anlamlı bir ilişki mevcuttur (p=0,000, p<0,01)	İlişki yok

***. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).*

**. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).*

Tablo 5'te yer alan analizler aşağıda detaylı bir biçimde incelenmektedir.

Şemalar ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin Analizi

H1: Şemalar ve İletişim becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 6. Şemalar ve İletişim Becerileri Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Tablosu

		YSÖ Ölçeği	İBE Ölçeği
YSÖ Ölçeği	Pearson Korelasyon	1	-,134*
	Sig. (2-tailed)		0,020
	N	299	298
İBE Ölçeği	Pearson Korelasyon	-,134*	1
	Sig. (2-tailed)	0,020	
	N	298	298

Tablo 6'daki katılımcıların Şema Ölçeği (Ort=2,7485; SS=0,55461) ve İletişim Becerileri Ölçeği (Ort=3,5839; SS=0,22478) skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verilerine göre, bu değişkenler arasında istatistiksel olarak düşük seviyede, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki mevcuttur ($r = -,134$; $p = ,02$, $p < ,05$). Bu bağlamda, H1 hipotezinde belirtilen önerme sonucuna ulaşılmaktadır. Şemalar arttıkça kişilerin iletişim becerilerindeki başarısının azalmakta olduğu belirtilebilmektedir. Araştırmanın temel hipotezi olan şemaların iletişim becerileri üzerindeki rolünün ise negatif olarak ortaya çıktığı istatistiksel anlamda doğrulanmıştır.

Şemalar ve İletişim Becerilerinin Davranışsal Alt Boyutu Arasındaki İlişkinin Analizi

H2: Şemalar ile İletişim Becerilerinin davranışsal alt boyutu arasında anlamlı

bir ilişki vardır.

Tablo 7. Şemalar ve İletişim Becerilerinin Davranışsal Alt Boyutu Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Tablosu

		YSÖ Ölçeği	İBE Ölçeği Davranışsal Alt Boyutu
YSÖ Ölçeği	Pearson Korelasyon	1	-,247**
	Sig. (2-tailed)		0
	N	299	298
İBE Ölçeği Davranışsal Alt Boyutu	Pearson Korelasyon	-,247**	1
	Sig. (2-tailed)	0	
	N	298	298

Tablo 7’deki katılımcıların Şema Ölçeği (Ort=2,7485; SS= 0,55461) ve İBE Ölçeği Davranışsal Alt Boyutu (Ort=3,5600; SS= 0,31362) skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verilerine göre, bu değişkenler arasında istatistiksel olarak düşük seviyede, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki mevcuttur ($r=-,247$ $p=,00$, $p<,01$). Bu bağlamda, H2 hipotezinde belirtilen önerme sonucuna ulaşılmaktadır. Bu analiz sonucuna göre, kişilerin diğerleriyle iletişiminde sergiledikleri davranışları, erken yaşam dönemlerinde edindikleri deneyimlerinin (şemaların) negatif bir biçimde etkilediği görülmektedir.

Şemalar ve İletişim Becerilerinin Zihinsel Alt Boyutu Arasındaki İlişkinin Analizi

H3: Şemalar ile İletişim Becerilerinin zihinsel alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 8. Şemalar ve İletişim Becerilerinin Zihinsel Alt Boyutu Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Tablosu

		YSÖ Ölçeği	İBE Ölçeği Zihinsel Alt Boyutu
YSÖ Ölçeği	Pearson Korelasyon	1	-,156**
	Sig. (2-tailed)		0,007
	N	299	298
İBE Ölçeği Zihinsel Alt Boyutu	Pearson Korelasyon	-,156**	1
	Sig. (2-tailed)	0,007	
	N	298	298

Tablo 8’deki katılımcıların Şema Ölçeği (Ort=2,7485; SS= 0,55461) ve İBE Ölçeği Zihinsel Alt Boyutu (Ort=3,8380; SS= 0,31465) skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verilerine göre, bu değişkenler arasında istatistiksel olarak düşük seviyede, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki mevcuttur ($p=,00$, $p<,01$). Bu bağlamda, H3 hipotezinde belirtilen önerme sonucuna ulaşılmaktadır. Bu sonuca göre, kişiler zihinsel süreçlerinde şemalarından olumsuz yönde etkilenmekte bu durum da onların bilişsel karar verme süreçlerini zedeleyebilmektedir.

Şemalar ve İletişim Becerilerinin Duygusal Alt Boyutu Arasındaki İlişkinin Analizi

H4: Şemalar ile İletişim Becerilerinin duygusal alt boyutu arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 9. Şemalar ve İletişim Becerilerinin Duygusal Alt Boyutu Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Tablosu

		YSÖ Ölçeği	İBE Ölçeği Duygusal Alt Boyutu
YSÖ Ölçeği	Pearson Korelasyon	1	,117*
	Sig. (2-tailed)		0,043
	N	299	298
İBE Ölçeği Duygusal Alt Boyutu	Pearson Korelasyon	,117*	1
	Sig. (2-tailed)	0,043	
	N	298	298

Tablo 9’deki katılımcıların Şema Ölçeği (Ort=2,7485; SS= 0,55461) ve İBE Ölçeği Duygusal Alt Boyutu (Ort=3,3521; SS= 0,29841) skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verilerine göre, bu değişkenler arasında istatistiksel olarak düşük seviyede, pozitif yönlü ve anlamlı bir ilişki mevcuttur ($r= ,117$; $p=,04$, $p<,05$). Bu bağlamda, H4 hipotezinde belirtilen önerme sonucuna ulaşılmaktadır. Şemalar kişilerin iletişim becerilerinin duygusal yönünü pozitif yönde etkilemekte, diğer bir deyişle kişilerin şemalarından etkilenme oranı arttıkça duygu durumlarında da doğru orantılı değişimler ortaya çıkmakta ve kişilerarası ilişkilerinde hassasiyet yaşamaktadırlar.

Şema Alt Boyutları ile İletişim Becerileri Alt Boyutları Arasındaki İlişkinin Analizi

Bu kısımda; YSÖ Ölçeğinin 5 alt boyutuna (*Kopukluk reddedilmişlik alanı, Zedelenmiş otonomi ve kendini ortaya koyma alanı, Aşırı tetikte olma ve*

bastırılmışlık alanı ve Diğerleri yönelimlilik alanı) ait 14 alt boyutun, İBE Ölçeğinin 3 Alt Boyutu “*Zihinsel, Duygusal ve Davranışsal*” ile olan ilişkileri analiz edilecektir (Tablo 10).

Her iki ölçeğin alt boyutları aşağıdaki hipotez doğrultusunda incelenecektir:

H5: Şema Alt Boyutları ile İletişim Becerileri Alt Boyutları arasında anlamlı bir ilişki vardır.

Tablo 10. Şema Alt Boyutları ile İletişim Becerileri Alt Boyutları Arasındaki İlişkiye Dair Korelasyon Tablosu

YSÖ Ölçeği Alt Boyutları		İBE Ölçeği Alt Boyutları		
		Zihinsel	Duygusal	Davranışsal
Duygusal Yoksunluk	Pearson	-0,105	-0,055	-,145*
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,070	0,345	0,012
	N	298	298	298
Başarısızlık	Pearson	-,204**	0,085	-,254**
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,141	0,000
	N	298	298	298
Kararsarlık	Pearson	-0,067	,121*	-0,094
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,246	0,037	0,107
	N	298	298	298
Sosyal İzolasyon/Güvensizlik	Pearson	-0,106	-0,049	-,258**
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,068	0,403	0,000
	N	298	298	298
Duyguları Bastırma	Pearson	-,140*	-0,040	-,334**
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,015	0,490	0,000
	N	297	297	297
Onay Arayıcılık	Pearson	0,059	,288**	0,047
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,314	0,000	0,415
	N	298	298	298
İç içe Geçme/Bağımlılık	Pearson	-,298**	0,025	-,334**
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,662	0,000
	N	298	298	298
Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim	Pearson	0,002	,166**	-0,034
	Correlation			

	Sig. (2-tailed)	0,977	0,004	0,561
	N	296	296	296
Kendini Feda	Pearson	0,026	0,081	0,074
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,655	0,165	0,203
	N	298	298	298
Terk Edilme	Pearson	-0,049	,137*	-0,031
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,397	0,018	0,595
	N	298	298	298
Cezalandırılma	Pearson	0,043	0,065	-0,094
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,460	0,264	0,107
	N	298	298	298
Kusurluluk	Pearson	-,250**	-0,051	-,256**
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,000	0,384	0,000
	N	298	298	298
Tehditler Karşısında Dayanıksızlık	Pearson	-0,102	0,042	-0,079
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,079	0,468	0,177
	N	296	296	296
Yüksek Standartlar	Pearson	0,038	,225**	0,006
	Correlation			
	Sig. (2-tailed)	0,517	0,000	0,919
	N	297	297	297

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

* . Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Tablo 10’da katılımcıların Şema Ölçeği Alt Boyutları ve İBE Ölçeği Alt Boyutları skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verileri mevcuttur. Buna göre; “Duygusal yoksunluk” şema alt boyutu ile “Davranışsal” iletişim becerileri alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-,145$, $p=,01$); fakat “Duygusal yoksunluk” şema alt boyutu ile “Zihinsel ve Duygusal” iletişim becerileri alt boyutları arasında hiçbir ilişki yoktur. Diğer taraftan, “Başarısızlık” şema alt boyutu ile “Zihinsel ve Davranışsal” iletişim becerileri alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-,204$, $p=,00$ ve $r=-,254$, $p=,00$); ancak “Başarısızlık” şema alt boyutunun “Duygusal” iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki yoktur. Önemli bir nokta olarak, “Karamsarlık” şema alt boyutu ile “Duygusal” iletişim becerileri alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=,121$, $p=,03$); öte yandan “Karamsarlık” şema alt boyutunun “Zihinsel ve Davranışsal” iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki yoktur. Bir diğer alt boyut olan “Sosyal İzolasyon/Güvensizlik” şema alt boyutu ile “Davranışsal” iletişim becerileri alt boyutu arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki

bulunmaktadır ($r=-,258, p=,00$). Ancak, "Sosyal İzolasyon/Güvensizlik" şema alt boyutu ile "Zihinsel ve Duygusal" iletişim becerileri alt boyutları arasında hiçbir ilişki yoktur. Dikkat çekici bir unsur olarak, "Duyguları Bastırma" şema alt boyutu ile "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-,140, p=,01$ ve $r=-,334, p=,00$); fakat "Duyguları Bastırma" şema alt boyutunun "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki yoktur. "Onay Arayıcılık" şema alt boyutu ile "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=,288, p=,00$); ancak "Onay Arayıcılık" şema alt boyutunun "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki bulunmamaktadır. Erken dönem uyumsuz şemaların alt boyutlarından olan "İç içe Geçme/Bağımlılık" ile "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-,298, p=,00$ ve $r=-,334, p=,00$); fakat "İç içe Geçme/Bağımlılık" şema alt boyutunun "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki görülmemektedir. "Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim" şema alt boyutu ile "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmaktadır ($r=,166, p=,04$); fakat "Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim" şema alt boyutunun "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki yoktur. Diğer taraftan, "Terk Edilme" şema alt boyutu ile "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunsa da ($r=,137, p=,01$) "Terk Edilme" şema alt boyutunun "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir istatistiksel anlamda hiçbir ilişkinin olmadığı sonucu ortaya çıkmıştır. "Kusurluluk" şema alt boyutu ile "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutları arasında negatif yönde anlamlı bir ilişki vardır ($r=-,250, p=,00$ ve $r=-,256, p=,00$); fakat "Kusurluluk" şema alt boyutunun "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında hiçbir ilişki yoktur. Son olarak, "Yüksek Standartlar" şema alt boyutu ile "Duygusal" iletişim becerileri alt boyutu arasında pozitif yönde anlamlı bir ilişki bulunmuştur ($r=,225, p=,00$). Bu duruma koşut olarak, "Yüksek Standartlar" şema alt boyutunun "Zihinsel ve Davranışsal" iletişim becerileri alt boyutu ile arasında istatistiksel olarak hiçbir ilişki bulunmamaktadır.

Cinsiyete Göre Değişkenler Arasındaki Farklılıkların Analizleri

Cinsiyete göre farklılıklar aşağıdaki hipotezler doğrultusunda incelenecektir:

H6: Kadın ve Erkeklerin Şemalara yönelik algılarına ilişkin olarak cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık vardır.

H7: Kadın ve Erkeklerin İletişim Becerilerine yönelik algılarına ilişkin olarak cinsiyetlerine göre anlamlı bir farklılık vardır.

Şema ve İletişim Becerileri Ölçekleri ile bu ölçeklerin alt boyutlarının cinsiyete göre genel dağılımındaki farklılıkları, sonrasında her iki ölçeğinde alt boyutları ayrı ayrı detaylı biçimde cinsiyete göre anlamlı bir farklılık gösterip göstermediği incelemeye alınmıştır. Tüm bu analizler için bağımsız örneklem testi

olan “Independent Samples T-Testi” sonuçları analiz edilmiştir.

Tablo 11. YSÖ ve İBE Ölçeklerinin Cinsiyete Göre T-Testi Sonuçları

		Varyansların Eşitliği İçin Levene Testi				Ortalamaların Eşitliği için t-testi				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Ortalama Fark	Std. Hata Farkı	Farkın Düşük	%95 Güven Aralığı Yüksek
YSÖ Ölçeği	Eşit varyanslar varsayıldı	.001	.978	.87	297	.385	.060	.069	-	.19612
	Eşit varyanslar varsayılmadı			.87	184.8	.381	.060	.068	-	.19524
İBE Ölçeği	Eşit varyanslar varsayıldı	2.46	.118	2.1	296	.031	.060	.027	.00556	.11549
	Eşit varyanslar varsayılmadı			2.0	156.48	.042	.060	.029	.00216	.11889

Tablo 11’deki YSÖ’den alınan skorların cinsiyetlere göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bağımsız örneklem *t* testi sonuçları incelendiğinde; kadınların YSÖ ölçeğinden aldığı puanlar (Ort=.060 Ss=.069) ile erkeklerin aldığı puanlar arasında (Ort=.060 Ss=.068) anlamlı bir farklılığın olmadığı görülmektedir ($t(297)=0,870$; $p=,38$) $p>.05$.

Yine Tablo 11’deki İBE Ölçeği’den alınan skorların cinsiyetlere göre farklılık gösterip göstermediğine ilişkin bağımsız örneklem *t* testi sonuçları incelendiğinde ise; kadınların İBE ölçeğinden aldığı puanlar (Ort=.060 Ss=.027) ile erkeklerin aldığı puanlar arasında (Ort=.060 Ss=.029) anlamlı bir farklılığın olduğu görülmektedir ($t(156,230)=2,048$; $p=,03$) $p<.05$.

YSÖ ve İBE ölçeklerinin alt boyutlarının cinsiyete göre genel durum analizi

Tablo 12. YSÖ Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Tanımlayıcı İstatistik Verileri

	Cinsiyet	N	Ort.	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Duygusal Yoksunluk_kopukluk ve reddedilmişlik alanı	Kadın	205	2,12	1,07	,074
	Erkek	94	2,37	1,13	,117
Başarısızlık_zedelenm iş otonomi ve kendini ortaya koyma alanı	Kadın	205	2,30	1,04	,072
	Erkek	94	1,99	,942	,097

Karamsarlık_ aşırı	Kadın	205	2,93	1,23	,086
tetikte olma ve	Erkek	94	2,81	1,27	,131
bastırılmışlık alanı					
Sosyal	Kadın	205	3,05	,94	,065
İzolasyon/Güvensizlik	Erkek	94	3,00	1,01	,105
_kopukluk ve					
reddedilmişlik alanı					
Duyguları	Kadın	205	2,75	1,09	,076
Bastırma_ aşırı tetikte	Erkek	93	2,80	1,06	,110
olma ve bastırılmışlık					
alanı					
Onay	Kadın	205	3,58	,86	,060
Arayıcılık_ diğerleri	Erkek	94	3,47	1,02	,105
yönelimlilik alanı					
İç içe	Kadın	205	2,01	,81	,057
Geçme/Bağımlılık_ zed	Erkek	94	2,00	,80	,083
elenmiş otonomi ve					
kendini ortaya koyma					
alanı					
Ayrıcalıklılık/Yetersiz	Kadın	205	3,97	,84	,059
Özdenetim_ zedelenmi	Erkek	92	3,97	,93	,097
ş sınırlar alanı					
Kendini	Kadın	205	3,03	,95	,066
Feda_ diğerleri	Erkek	94	2,93	1,00	,103
yönelimlilik alanı					
Terk	Kadın	205	2,00	,96	,067
Edilme_ kopukluk ve	Erkek	94	1,73	,71	,073
reddedilmişlik alanı					
Cezalandırılma_ aşırı	Kadın	205	3,67	,93	,065
tetikte olma ve	Erkek	94	3,67	1,03	,106
bastırılmışlık alanı					
Kusurluluk_ kopukluk	Kadın	205	1,88	,86	,060
ve reddedilmişlik	Erkek	94	1,92	,75	,077
alanı					
Tehditler Karşısında	Kadın	205	2,93	,94	,06602
Dayanısızlık_ zedelen	Erkek	92	2,58	,91	,09515
miş otonomi ve					
kendini ortaya koyma					
alanı					
Yüksek	Kadın	205	3,00	1,12	,078
Standartlar_ aşırı	Erkek	93	3,24	1,35	,140
tetikte olma ve					
bastırılmışlık alanı					

Tablo 12’deki YSÖ alt boyutları verileri genel olarak incelendiğinde, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı; fakat yalnızca “Başarısızlık, Terkedilme/Kopukluk ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık” alt boyutlarında istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu ve diğer alt boyutlar ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Aşağıdaki Tablo 13’de ise İBE ölçeğine ait olan “Zihinsel, Duygusal ve Davranışsal” alt boyutlarını incelemek mümkündür.

Tablo 13. İBE Alt Boyutlarının Cinsiyete Göre Tanımlayıcı İstatistik Verileri

	Cinsiyet	N	Ortalama	Std. Sapma	Std. Hata Ort.
Zihinsel	Kadın	205	3,85	,30	,021
	Erkek	93	3,79	,33	,034
Duygusal	Kadın	205	3,37	,26	,018
	Erkek	93	3,29	,34	,036
Davranışsal	Kadın	205	3,57	,31	,021
	Erkek	93	3,53	,31	,032

Tablo 13’deki İBE alt boyut verileri genel olarak incelendiğinde, cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farkın olmadığı; fakat yalnızca “Duygusal” alt boyutta istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu ve diğer alt boyutlar ile cinsiyet arasında anlamlı bir farklılığın olmadığı tespit edilmiştir. Bu bakımdan kadın ve erkek öğrencilerin, zihinsel ve davranışsal boyutlarında herhangi bir istatistiksel fark olmamasına rağmen cinsiyetler arasında yalnızca duygusal yönden bir fark olduğu ortaya çıkmıştır. Kadın öğrencilerin anket sorularından iletişim becerilerinin duygusal boyutun daha yüksek puan almış olmaları kişilerarası ilişkilerinde daha hassas olduklarını ifade etmektedir.

TARTIŞMA

Anlamlı ve yakın ilişkiler/bağlantılar insan yaşamı için temel bir unsur olarak görülmekte ve dolayısıyla insan deneyiminin yapı taşlarını oluşturmaktadır (Sundgren ve Allen, 2022). Young vd. (2003), erken uyumsuz şemaların kişinin kendisi ve diğerlerine ilişkin olarak, bilişsel süreçlerini, duygularını ve anılarını kapsadığını belirtmektedir. Bu şemalar çocukluk veya ergenlik döneminde gelişerek kişinin yaşamı boyunca süregelen, işlevsel olmayan, yaygın ve tekrarlayıcı örüntüleri kapsamaktadır.

Erken dönem uyumsuz şemaların diğer değişkenler ile ilişkisinin analiz edildiği birçok çalışmada belirtildiği üzere, bu şemalar, yaşamın ilk yıllarında oluşarak iletişim becerileri dahil olmak üzere çeşitli konularda korelasyonel olarak negatif yönlü bir ilişkiye sahip olduklarında bireylerin yaşamlarının çeşitli dönemlerinde ortaya çıkabilmekte ve yaşamlarında olumsuz etkiler oluşturabilmektedir. Diğer taraftan korelasyonel olarak pozitif yönde ilişkili

olduklarında ise, karamsarlık veya olumsuz duygusal durumları arttırdıkları ifade edilebilmektedir. Çeşitli araştırmalar, bu şema alanlarının depresyon, kişilik bozuklukları ve yeme bozuklukları gibi çeşitli psikolojik bozukluklardaki rolünü ortaya koymaktadır (Hinrichsen vd., 2004, Jovev ve Jackson, 2004, Reeves ve Taylor, 2007, Riso vd., 2006).

Yılmaz ve arkadaşları (2011) çalışmalarında, üniversite öğrencilerinin erken dönem uyumsuz şemaları ve cinsiyet değişkenlerinin iletişim becerileri düzeylerine etkisi ikili varyans analizine göre anlamlı bulunmamıştır. Ancak iletişim becerileri bakımından cinsiyetin önemli bir değişken olduğunu ifade etmişlerdir. Yaptıkları araştırmada kız öğrencilerin iletişim becerileri puan ortalamaları erkek öğrencilerin ortalamalarına göre daha yüksek bulunmuştur. Dolayısıyla, araştırma sonucunda iletişim becerileri duygusal alt boyutunda ortaya çıkan sonuç, kız öğrencilerin daha yüksek ortalama elde etmesiyle desteklenmektedir.

Bu çalışma sonucunda ortaya çıkan ve kadın katılımcıların daha yüksek skor aldığı, *Başarısızlık* (Sig. p değeri “.015”), *Terkedilme/Kopukluk* (Sig. p değeri “.016”) ve *Tehditler Karşısında Dayanıksızlık* (Sig. p değeri “.003”) şema alt boyutlarında cinsiyete göre istatistiksel olarak anlamlı bir farklılık olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Araştırma sonucu ile tutarlı olarak, Çelikkaya (2021) tarafından yapılan çalışmada kadın katılımcılar Başarısızlık ve Onay Arayıcılık şema alt boyutlarında erkeklere göre daha yüksek puan elde etmişlerdir.

Mohammadi ve arkadaşları (2020) tarafından yapılan araştırmada ise, pediatri hemşirelerinin iletişim becerileri ile erken dönem uyumsuz şemalar arasındaki ilişki incelenerek, erken dönem uyumsuz şemalarında yüksek orana sahip olan hemşirelerin daha zayıf iletişim becerileri sergiledikleri ifade edilmiştir. Araştırmamız kapsamında ortaya çıkan şemalar bakımından daha fazla skor elde eden öğrencilerin daha düşük iletişim becerileri skoru elde etmeleri noktasındaki negatif etkiler bakımından tutarlı olarak ifade edilebilmektedir.

Benzer şekilde, Rezvani Nejad, ve diğer araştırmacı arkadaşları (2021)'nin 366 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmadaki sonuçlar, daha zayıf iletişim becerilerine sahip öğrencilerin daha fazla uyumsuz şemalara sahip olduklarını ortaya koymuştur. Dolayısıyla araştırmaları, kopukluk ve reddedilme şemalarına sahip kişilerin başkalarıyla güvenli ve tatmin edici bir bağ kuramayacağını belirten Young'ın teorisi ile de tutarlıdır. Bu bağlamda çalışmamız sonucunda elde edilen kişilerin uyumsuz şemaları arttıkça iletişim becerilerindeki başarılarının azalmakta olduğu sonucu ile uyumlu sonuçlar elde edilmiştir.

Thimm, (2017)'nin 212 üniversite öğrencisinin katılımıyla yaptığı çalışmanın sonuçları, erken dönem uyumsuz şemaların farkındalık ve öz-şefkat konuları ile olumsuz olarak ilişkili olduğunu göstermektedir. Öğrencilerde erken dönem uyumsuz şemalar ile güvenli iletişim arasındaki ilişkiyi araştıran Mahmoudi ve diğerleri (2017) erken uyumsuz şemalar ile güvenli iletişim toplam puanı arasında anlamlı bir negatif ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Panić ve diğerleri (2022)'in

138 psikoloji öğrencisi üzerinde gerçekleştirdikleri araştırmalarında çıkan sonuca göre, şemaların uyumsuzluğa yol açan özellikler olarak kabul edildiğini göstermektedir. Yaptıkları çalışmanın bulgularına göre, tüm şema alanlarının olumsuz duyguları (öfke, hor görme, iğrenme, korku ve üzüntü) gösteren yüz ifadelerini tanıma doğruluğunu etkilediğini göstermektedir. Bağımlılık/Yetersizlik ve Hak Etme/Büyüklenmecilik şemaları, tarafsız yüzleri tespit etmede ve duygulu/duygusuz yüzler arasında ayırım yapmada önemli yordayıcılar (öngörü/kestirim) iken, Terkedilme/Kararsızlık şeması ayrıca tarafsız yüzleri ayıt etmede önemli bir unsur olarak belirtilmektedir. Bu noktada, araştırma kapsamında ortaya çıkan şemaların alt boyutları ile iletişim becerilerinin alt boyutları arasında anlamlı bir ilişkinin varlığına dair istatistiksel sonuçlar bu çalışmalarla desteklenmektedir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile kişilerarası problemler arasındaki ilişkiyi inceleyen Janovsky ve arkadaşları (2020) ise, şemaların kişilerarası ilişki problemleri üzerinde küçük ve orta ölçekte pozitif yönde etkiye sahip olduklarını ifade etmektedir. Bu bağlamda kişilerin şemaları fazlalaştıkça, kişilerarası ilişki problemlerinin de arttığı ortaya çıkmaktadır. Dolayısıyla, araştırma kapsamında ortaya çıkan kişilerin iletişim becerileri ile şemaları arasındaki negatif yönlü ilişki ile tutarlı bir durum ortaya koymaktadır. Bu çalışma ile benzer bir biçimde, diğerleri yönelimlilik şema alanının, kişilerarası iletişim için negatif bir unsur teşkil edebilen sosyal kaygının gelişmesinde ve sürdürülmesinde kilit bir rol oynadığı Calvete ve arkadaşları (2013) tarafından ortaya konulmuştur.

SONUÇ VE ÖNERİLER

Bu çalışmada bireylerin yaşamlarının erken dönemlerinde çok yakınlarında bulunan ve kendilerine bakım veren kişiler tarafından oluşmasına aracılık edilen, yaşama ilişkin deneyimlerinin kökenini oluşturan şemaların, üniversite yaşamlarının başlangıcında henüz iletişim/kişilerarası iletişim gibi dersleri almadan önceki süreçte sahip oldukları iletişim becerileri ile ilişkisi incelenmiştir.

Araştırmanın temel varsayımı olarak, “Şemalar ile İletişim Becerileri arasında anlamlı bir ilişki vardır” önermesi ortaya konulmuştur. Katılımcıların Şema Ölçeği (Ort=2,74; SS=0,55) ve İletişim Becerileri Ölçeği (Ort=3,58; SS=0,22) skorları arasındaki ilişkiyi gösteren Pearson Korelasyon verilerine göre, bu değişkenler arasında istatistiksel olarak düşük seviyede, negatif yönlü ve anlamlı bir ilişki mevcuttur ($r(297^*) = -.134$; $p = .02$, $p < .05$). Bu bağlamda araştırmanın temel varsayımı doğrulanmış bulunmaktadır. Yüksek düzeyde erken dönem şemalara sahip kişilerin iletişim becerileri etkilenecek düşüş gösterdiği ve kişilerarası iletişim süreçlerini başarı ile sürdüremedikleri söylenebilmektedir.

Her iki ölçekte de cinsiyet bağlamında istatistiksel anlamda farkın olduğu belirtilen unsurlardaki tüm farklar incelendiğinde kadınların erkeklere oranla daha fazla puan elde ettikleri görülmektedir. Dolayısıyla kadınların, başarısız olma

korkularının erkeklere göre daha fazla, terk edilme endişelerinin ve yakınlarının ölebileceği düşüncesinin erkeklere göre daha baskın olduğu ve herhangi bir olumsuz durumdan tek başlarına çıkamayacakları fikirlerinin erkeklere göre daha ön planda olduğu belirtilebilmektedir. Buna ek olarak, duygusal iletişim becerileri de erkeklere göre baskın olduğu istatistiksel analizler ile ortaya konulmuştur.

Erken dönem uyumsuz şemaların sadece iletişim becerileri üzerinde değil, kişilerin bilişsel ve duygusal durumları gibi alanlarda da çeşitli sorunlar yarabileceği görülmektedir. Erken dönem uyumsuz şemalar bireylerin yaşamlarına dair tutum ve düşünceleri üzerinde çok fazla etkiye sahip olmaktadır. COVID-19 salgını sırasında Güney Kore'deki üniversite öğrencileri arasında intihar düşüncesi ve intihar girişimleri: kişilerarası-psikolojik teori ve erken uyumsuz şema uygulaması isimli araştırmalarında Ha ve Park (2022) üniversite öğrencilerinin kişilerarası ihtiyaçları ve erken dönem uyumsuz şemaları ile intihar düşüncesi ve intihar girişimlerini etkileme konuları arasında önemli ölçüde ilişki bulmuşlardır.

Bu çalışmaya ek olarak, erken dönem uyumsuz şemalar ile gençlerde kendine zarar verme davranışının işlevleri arasındaki ilişki üzerine 125 üniversite öğrencisi üzerinde gerçekleştirdikleri çalışmada Nicol ve diğerleri, (2022) çoklu regresyon analizleri ile Terk edilme ve Haklılık şemalarının kendine zarar vermenin içsel işlevlerini önemli ölçüde yordadığını bulmuştur. Buna karşılık, Yetersiz Öz Denetim şeması kişilerarası işlevleri önemli ölçüde yordamaktadır. Ek olarak, kusurluluk ve Utanç şeması kendine zarar vermeyi yordamıştır. Toroslu ve Çırakoğlu (2022) 'nin yapmış oldukları araştırmalarında uyumsuz şemalardan olan, zedelenmiş özerklik, kopukluk ve yüksek standartlar şema alanlarının hem doğrudan hem de bilişsel faktörler aracılığıyla artış göstermesi sonucunda, bireyin kişilerarası ilişkisindeki obsesif kompulsif belirtilerinin de arttırdığı görülmüştür. Depresyon ve somatizasyon bozukluğunda erken dönem uyumsuz şemalar isimli çalışmalarında Davoodi ve arkadaşları (2018), değişkenler arasında pozitif ilişki olduğunu ortaya koymuşlardır. Olumsuz duygusal şemaların, depresyon, kaygı, risk alma, intihar riski, travma, kişilik bozukluğu ve daha birçok farklı unsur da dahil olmak üzere çok çeşitli değişkenlerle ilişkili olduğu pek çok araştırmacı tarafından ortaya konulmuştur (Batmaz vd, 2014; Leahy, 2002; Silberstein vd, 2012; Tirch vd, 2012; Wenzel vd, 2003; Leahy, 2022).

Şemalar ve şema alanlarının bireylerin kişilerarası iletişimleri de dahil olmak üzere birçok yönden bireylerin yaşamlarını etkilediğine yönelik olarak birçok araştırma olduğu görülmektedir. Kopukluk/reddetme şema alanı, güvenilirlik, istikrar, bakım, empati veya duyguların paylaşımı, kabul ve saygı gibi temel evrensel ihtiyaçların ihmal edilmesinde önemli bir etken olduğu Kızılağaç ve Cerit (2019) tarafından belirtilmektedir. Çolakoğlu (2012) tarafından gerçekleştirilen araştırma ise, erken dönem uyumsuz şema puanlarının yüksek olmasının işlevsel olmayan ilişki tarzlarını yordadığını göstermektedir.

Bu araştırmanın kişilerin yaşamlarının erken dönemlerinde oluşan şemalarının iletişim becerileri üzerindeki olumsuz etkisini ortaya koyması

bakımından alanyazına katkı sağlayacağı düşünülmektedir. Bu noktada çalışma kapsamında ortaya çıkan şema alt boyutlarından karamsarlık ve onay arayıcılık şema alanları arttıkça kişilerin duygusal iletişim becerileri de doğru orantılı olarak artış göstermektedir. Diğer bir deyişle karamsarlık ve onay arayıcılık şema alanları yüksek olan kişilerin karar süreçlerinde ve kişilerarası ilişkilerinde duygusal tutum ve davranışlarını ön plana çıkarmakta oldukları ifade edilebilmektedir.

Şemalar üzerine yapılabilecek gelecek çalışmalarda kişilerarası iletişim alanındaki etkilerinin daha detaylı bir biçimde ortaya konulmasına yönelik olarak nicel analiz yönteminin yanı sıra, derinlemesine görüşme tekniği kullanılarak nitel analiz tekniğinden de yararlanılabilir. Bu doğrultuda bireylerin farkında olarak mı yoksa bilinçsizce mi şemalarını aktive ettikleri sorusunun da cevabına ulaşılabilecektir. Ayrıca bağımlı örneklem yöntemi uygulanarak, bireylerin iletişim veya kişilerarası iletişim derslerini almadan önce ve aldıktan sonraki şemaları ve iletişim becerileri arasındaki ilişki incelenebilecektir.

Yazar Katkı Oranı ve Çıkar Çatışması Beyanı: Yazarlar çalışmaya eşit katkı vermiştir ve herhangi bir çıkar çatışması bulunmamaktadır.

KAYNAKÇA

Ahmadpanah, M., Astinsadaf, S., Akhondi, A., Haghighi, M., Sadeghi Bahmani, D., Nazaribadie, M., ... Brand, S. (2017). Early maladaptive schemas of emotional deprivation, social isolation, shame and abandonment are related to a history of suicide attempts among patients with major depressive disorders. *Comprehensive Psychiatry*, 77 (2017), 71–79. doi:10.1016/j.comppsy.2017.05.008

Babbie, E. (2010). Research design. *The practice of social research*, 12, 90-123.

Batmaz, S., Kaymak, S., Kocbiyik, S. ve Turkcapar, M. (2014). Metacognitions and emotional schemas: A new cognitive perspective for the distinction between unipolar and bipolar depression. *Comprehensive Psychiatry*, 55 (7), 1546–1555. https:// doi.org/10.1016/j.comppsy.2014.05.016,

Calvete, E., Orue, I., & Hankin, B. L. (2013). Early maladaptive schemas and social anxiety in adolescents: The mediating role of anxious automatic thoughts. *Journal of anxiety disorders*, 27 (3), 278-288.

Cantor, N. (1990). From Thought to Behavior: “Having” and “Doing” in the Study of Personality and Cognition. *American Psychologist*, 45 (6), 735–750.

Ceyhan, A. A. (2006). An investigation of adjustment levels of Turkish university students with respect to perceived communication skill levels. *Social Behavior and Personality*, 34 (4), 367–380. doi:10.2224/sbp.2006.34.4.367

Çelikkaya, Ş. (2021). *Üniversite Öğrencilerinde Erken Dönem Uyum*

Bozucu Şemalar ile İletişim Becerileri Arasındaki İlişkinin İncelenmesi, (Yayımlanmamış Yüksek Lisans). Üsküdar Üniversitesi, İstanbul.

Çolakoğlu, E. T. (2012). *Genç yetişkinlerde erken dönem uyumsuz şemalar, algılanan ebeveynlik stilleri ve kişilerarası ilişkiler*. Yayımlanmamış Yüksek Lisans Tezi. Maltepe Üniversitesi.

Dalkılıç, A. (2004). *İletişimde iletişim*. Ankara: Elma Yayınevi.

Davoodi, E., Wen, A., Dobson, K. S., Noorbala, A. A., Mohammadi, A. ve Farahmand, Z. (2018). Early maladaptive schemas in depression and somatization disorder. *Journal of Affective Disorders*, 235 (April), 82–89. doi:10.1016/j.jad.2018.04.017

De Giacomo, A., Craig, F., Terenzio, V., Coppola, A., Campa, M. G. ve Passeri, G. (2016). Aggressive Behaviors and Verbal Communication Skills in Autism Spectrum Disorders. *Global Pediatric Health*, 3, 1–5. doi:10.1177/2333794x16644360

DeVito, J. A. (2014). *Interpersonal Messages*. Edinburgh Gate: Pearson New International Edition.

Drummond, P. D. ve Gatt, S. J. (2018). Early maladaptive schemas in people with a fear of blushing. *Clinical Psychologist*, 22 (2), 203–210. doi:10.1111/cp.12114

Doğan, İ. (1998). *İletişim ve yabancılaşma: yazılı kültürümüzde ilkler*. İstanbul: Sistem Yayıncılık.

Dozois, D. J. A., Martin, R. A. ve Faulkner, B. (2013). Early maladaptive schemas, styles of humor and aggression. *Humor*, 26 (1), 97–116. doi:10.1515/humor-2013-0006

Erözgen, A. (2005). Üniversite öğrencilerinin iletişim becerilerini etkileyen faktörler. *Marmara Üniversitesi Atatürk Eğitim Fakültesi Eğitim Bilimleri Dergisi*, 22 (22), 135–149.

Ersanlı, K. ve Balcı, S. (1998). İletişim Becerileri Envanterinin Geliştirilmesi : Geçerlik ve Güvenirlik Çalışması. *Türk Psikolojik Duruşma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (10), 7–12.

Fraenkel, J. R., Wallen, N. E., & Hyun, H. H. (2012). *How to Design and Evaluate Research in Education* (7th Ed.). New York: McGraw-Hill.

Gilbert, P. (2010). *The compassionate mind: A new approach to life's challenges*. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

Güler, K., ve Yüksel, S. (2021). The Relationship Between Gender Roles In Women And Early Maladaptive Schemas. *American Journal of Humanities and Social Sciences Research (AJHSSR)*, 5 (11), 07-19.

Gürüz, D. ve Temel Eğinli, A. (2008b). *Kişilerarası iletişim: Bilgiler-Etkiler-Engeller* (1.bs.). Ankara: Nobel Yayınları.

Gong, J. ve Chan, R. C. K. (2018). Early maladaptive schemas as mediators between childhood maltreatment and later psychological distress among Chinese college students. *Psychiatry Research*, 259 (November 2017), 493–500. doi:10.1016/j.psychres.2017.11.019

Gordon, T. (1992). *Etkili öğretmen eğitimi*. Çev. E. Aksoy ve B. Özkan, YA-PA Yayınları, İstanbul.

Gravetter, J. F. ve Forzano, L. B. (2012). *Research Methods for The Behavioral sciences*. USA: Linda Schreiber-Ganster.

Ha, J. ve Park, D. (2022). Suicidal ideation and suicide attempts among university students in South Korea during the COVID-19 pandemic: the application of interpersonal-psychological theory and early maladaptive schema. *PeerJ*, 10, e13830.

Hargie, O. (2011). *Skilled Interpersonal Communication: Research, Theory and Practice*. London: Routledge.

Haugh, J. A., Miceli, M. ve DeLorme, J. (2017). Maladaptive Parenting, Temperament, Early Maladaptive Schemas, and Depression: A Moderated Mediation Analysis. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 39 (1), 103–116. doi:10.1007/s10862-016-9559-5

Heravi, M. M., Hashemibaghi, N., Kouhi, B. ve Sheikhi, H. R. (2019). Investigating the Relationship between Early Maladaptive Schemes and Parenting Styles among Women Referring to Zabol Health Centers. *Specialty Journal of Medical Research and Health Science*, 4 (1), 27–33.

Hinrichsen, H., Waller, G., & Emanuelli, F. (2004). Social anxiety and agoraphobia in the eating disorders: associations with core beliefs. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 192, 784–787.

Irkörücü, A. (2016). Gender difference in early maladaptive schemas. *Ufuk Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Dergisi*, 5 (9), 103-119.

Janovsky, T., Rock, A. J., Thorsteinsson, E. B., Clark, G. I., & Murray, C. V. (2020). The relationship between early maladaptive schemas and interpersonal problems: A meta-analytic review. *Clinical Psychology & Psychotherapy*, 27 (3), 408-447.

Jovev, M., & Jackson, H. J. (2004). Early maladaptive schemas in personality disordered individuals. *Journal of Personality Disorders*, 18, 467–478.

Karash, I. S., Kupriyanova, I. E. (2022). Early Maladaptive Schemas as Stress and Emerging Mental Pathology “Moderators”. *Sibirskiy Psikhologicheskii Zhurnal – Siberian journal of psychology*, 83, 122–140. In Russian. English

Summary. doi: 10.17223/17267080/83/7

Kavakli, M., Kesici, S. ve Ak, M. (2017). University Students' Early Maladaptive Schemas' Prediction of Their Mindfulness Levels. *Journal of Education and Practice*, 8 (20), 174–181.

Khosravani, V., Sharifi Bastan, F., Samimi Ardestani, M. ve Jamaati Ardakani, R. (2017). Early maladaptive schemas and suicidal risk in an Iranian sample of patients with obsessive-compulsive disorder. *Psychiatry Research*, 255 (April 2018), 441–448. doi:10.1016/j.psychres.2017.06.080

Kızılağaç, F. ve Cerit, C. (2019). Assessment of early maladaptive schemas in patients with obsessive-compulsive disorder. *Dusunen Adam The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 32 (1), 14.

Korkut, F. (1996). İletişim Becerilerini Değerlendirme Ölçeğinin Geliştirilmesi: Güvenirlilik ve Geçerlik Çalışmaları. *Psikolojik Danışma ve Rehberlik Dergisi*, 2 (7), 18–23.

Laswell, H. D. (1948). The structure and function of communication in society. *The communication of ideas*.

Leahy, R. L. (2002). A Model of Emotional Schemas. *Cognitive and Behavioral Practice*, (9), 177–190.

Leahy, R. L. (2022). Emotional Schemas. *Cognitive and Behavioral Practice*.

Lunenburg, F. C. (2010). Communication: The Process, Barriers, And Improving Effectiveness. *Schooling*, 1, 1–11.

McKay, M., Davis, M. ve Fanning, P. (2006). *İletişim becerileri*. Ankara: HYB Yayıncılık.

McPheat, S. (2010). *Emotional Intelligence: MDT Training*. London, UK: BookBoon.

Mohammadi G, Sheikholeslami F, Mitra Chehrzad M, Kazemnezhad Leili E. (2020). The Relationship Between Communication Skills and Early Maladaptive Schemas in Pediatric Nurses. *J Holist Nurs Midwifery*. 30 (4):240-246. <https://doi.org/10.32598/jhnm.30.4.2021>

Mahmoudi, F., Mahmoudi, A., ve Nooripour, R. (2017). Relationship between early maladaptive schemas and safe communications in married students. *Journal of Research and Health*, 7 (3), 779-787.

Nicol, A., Mak, A. S., Murray, K. ve Kavanagh, P. S. (2022). The relationship between early maladaptive schemas and the functions of self-injurious behaviour in youth. *Clinical Psychologist*, 1-13.

Panić, D., Mitrović, M., & Ćirović, N. (2022). Early Maladaptive Schemas

and the Accuracy of Facial Emotion Recognition: A Preliminary Investigation. *Psychological Reports*.

Pinto-Gouveia, J., Castilho, P., Galhardo, A. ve Cunha, M. (2006). Early maladaptive schemas and social phobia. *Cognitive Therapy and Research*, 30 (5), 571–584. doi:10.1007/s10608-006-9027-8

Rafaeli, E., Bernstein, D. P. ve Young, J. E. (2019). *Şema Terapi: Ayırıcı Özellikler/ Çev. Miray Şaşıoğlu* (8.bs.). İstanbul: Psikonet.

Reeves, M. ve Taylor, J. (2007). Specific relationships between core beliefs and per- sonality disorder symptoms in a non-clinical sample. *Clinical Psychology and Psychotherapy*, 14, 96–103. <http://dx.doi.org/10.1002/cpp.519>

Rezvani Nejad, K. S., Mirpour, Z. S., Azizi, A., Sheikholeslami, F., & Rahmati, F. (2021). The relationship between communication skills and early maladaptive schemas in university students. *Journal of Fundamentals of Mental Health*.

Riso, L. P., Froman, S. E., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N., et al. (2006). The long-term stability of early maladaptive schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30, 515–529.

Silberstein, L. R., Tirch, D., Leahy, R. ve McGinn, L. (2012). Mindfulness, psychological flexibility and emotional schemas. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5 (4), 359–361.

Soygüt, G., Karaosmanoğlu, A., & Çakır, Z. (2009). Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Değerlendirilmesi: Young Şema Ölçeği Kısa Form-3'ün Psikometrik Özelliklerine İlişkin Bir İnceleme. *Türk Psikiyatri Dergisi*, 20 (1).

Stein, K. F. (1995). Schema Model of the Self Concept. *Image: the Journal of Nursing Scholarship*, 27 (3), 187–193. doi:10.1111/j.1547-5069.1995.tb00857.x

Sundgren, M. ve Allen, A. (2022). The Role of Early Adaptive Schemas in Heterosexual Romantic Relationships. *Sexuality & Culture*, 1-25.

Thimm, J. C. (2013). Early maladaptive schemas and interpersonal problems: A circumplex analysis of the YSQ-SF. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 1 (13), 113-124.

Thimm, J.C. (2017). Relationships between Early Maladaptative Schemas, Mindfulness, Self-compassion, and Psychological distress. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 17, 1-15.

Tirch, D. D., Leahy, R., Silberstein, L. ve Melwani, P. (2012). Emotional schemas, psychological flexibility, and anxiety: The role of flexible response patterns to anxious arousal. *International Journal of Cognitive Therapy*, 5 (4), 380–391.

Toroslu, B. ve Çırakoğlu, O. C. (2022). Do perfectionism and intolerance of uncertainty mediate the relationship between early maladaptive schemas and relationship and partner related obsessive–compulsive symptoms?. *Current Psychology*, 1-17.

Wenze, S. J., Goldberg, J. F., Singer, T. M., Endick, C. J. ve Leahy, R. L. (2003). Longitudinal assessment of emotional schemas in bipolar outpatients. *American Psychiatric Association, San Francisco*.

Worth, R. (1998). *Communication Skills*. New York: Facts On File.

Yilmaz, M., Kumcagiz, H., Balci-Celik, S., ve Eren, Z. (2011). Investigating Communication Skill of University Students with respect to Early Maladaptive Schema, *Procedia - Social and Behavioral Sciences*, 30, 968 – 972.

Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishaar, M. E. (2003). *Schema Therapy: A Practitioner's Guide*. *American Journal of Psychiatry* (C. 160). New York: The Guilford. doi:10.1176/appi.ajp.160.11.2074-a

Young, J. E., Klosko, J. S. ve Weishhar, M. E. (2019). *Şema Terapi: Terapistin Rehberi*. (T. Özakkaş, Ed.) (4.bs.). İstanbul: Litera Yayıncılık.

Young, J., Kolosko, J. ve Weishaar, M. (2009). *Şema Terapi*. (T. Özakkaş, Dü., & T. V. Soylu, Çev.) İstanbul: Litera Yayıncılık.