



**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ALKOL VEYA MADDE BAĞIMLISI OLAN BİREYLERDE
ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE ONTOLOJİK
İYİ-OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİDE
PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

NAZLI UYANIK

LEFKOŐA

AĞustos, 2021

**YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
LİSANSÜSTÜ EĞİTİM ENSTİTÜSÜ
KLİNİK PSİKOLOJİ ANABİLİM DALI**

**ALKOL VEYA MADDE BAĞİMLİSİ OLAN BİREYLERDE
ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE ONTOLOJİK
İYİ-OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİDE
PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ**

YÜKSEK LİSANS TEZİ

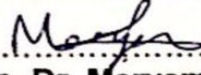
NAZLI UYANIK

**Tez DanıŐmanı
DoÇ. Dr. Meryem KARAAZİZ**

**LEFKOŐA
AĞustos, 2021**

KABUL VE ONAY

Nazlı UYANIK tarafından hazırlanan "Alkol veya Madde Bağımlısı Olan Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Ontolojik İyi-Oluş Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolünün İncelenmesi" başlıklı bu çalışma, 18 / 08 /2021 tarihinde yapılan savunma sınavı sonucunda başarılı bulunarak jürimiz tarafından Yüksek Lisans Tezi olarak kabul edilmiştir.

JÜRİ ÜYELERİ

Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ
(Danışman)
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen-Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Ana Bilim Dalı



Yrd. Doç. Dr. Şengül BAŞARI
Yakın Doğu Üniversitesi
Atatürk Eğitim Fakültesi
Rehberlik ve Psikolojik Danışmanlık Ana Bilim Dalı



Dr. Sözen İNAK
Yakın Doğu Üniversitesi
Fen-Edebiyat Fakültesi
Psikoloji Ana Bilim Dalı



Prof. Dr. K. Hüsnü Çarlı BAŞER
Lisansüstü Eğitim Enstitüsü Müdürü

Etik İlkelere Uygunluk Beyanı

Bu tezin içinde sunduğum verileri, bilgileri ve belgeleri akademik ve etik kurallar çerçevesinde elde ettiğimi; tüm bilgi, belge, değerlendirme ve sonuçları bilimsel etik ve ahlak kurallarına uygun olarak sunduğumu; çalışmada bana ait olmayan tüm veri, düşünce, sonuç ve bilgilere bilimsel etik kurallar gereği olarak eksiksiz şekilde uygun atıf yaptığımı ve kaynak göstererek belirttiğimi beyan ederim.

Nazlı UYANIK
27/08/2021

TEŞEKKÜR

Tez çalışmamın başından itibaren beni destekleyen, hoşgörüsü, enerjisi ve sabrıyla sorduğum bütün soruları yanıtlayan değerli tez danışmanım Doç. Dr. Meryem KARAAZİZ' e;

Veri toplama sürecinde bana destek olan birlikte çalıştığım tüm Denizli Devlet Hastanesi Psikiyatri Kliniği AMATEM servisi ve polikliniği çalışanlarına, çalışmama gönüllü olarak katılan yaşamlarını, duygularını benimle samimiyetle paylaşan tüm katılımcılara ve çalışmamın katılımcılara ulaştırılmasında desteklerini esirgemeyen yakınlarıma;

Hayatımın her aşamasında olduğu gibi, Yüksek Lisans sürecimde de yanımda olup benden hiçbir desteği esirgemeyen annem Şenay ERTEN ve babam İbrahim ERTEN'e;

Son olarak hayatımı paylaştığım, bu süreçte sabrıyla, hoşgörüsüyle hep destekleyici bir tutum içinde olan sevgili eşim, yol arkadaşım Mehmet UYANIK' a ve varlığıyla hayatıma anlam katan, bu süreçte sabırla yanımda olup, geleceğe umutla bakmamı sağlayan canım kızım Beren UYANIK' a;

Sonsuz Teşekkürlerimle...

ÖZET

Alkol veya Madde Bağımlısı Olan Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Ontolojik İyi-Oluş Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolünün İncelenmesi

UYANIK, Nazlı

Yüksek Lisans, Klinik Psikoloji Ana Bilim Dalı

Ağustos 2021, 85 sayfa

Araştırmanın amacı, alkol veya madde bağımlısı olan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi-oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesidir. Sağlık Bakanlığı Denizli Devlet Hastanesi'nde, DSM-5'e göre alkol veya madde kullanım bozukluğu tanı kriterlerini karşılayan ve tedavi gören 100 hasta örneklemini oluşturmuştur. Herhangi bir alkol veya madde bağımlılığı tanısı almayan 100 birey kontrol grubu olarak tesadüfen seçilmiştir. Bireylere, kişisel bilgi formu, erken dönem uyumsuz şemalarını belirlemek için Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3, ontolojik iyi oluş düzeylerini ölçmek için Ontolojik İyi Oluş Ölçeği, psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesi için Psikolojik Esneklik Ölçeği kullanmıştır. Elde edilen veriler SPSS 25 ve AMOS 26 programları ile analiz edilmiştir.

Araştırma, alkol veya madde bağımlılarında kopukluk şema alanı ile Ontolojik iyi oluş "hiçlik" boyutu arasında olumlu, "umut" boyutu arasında ise olumsuz; zedelenmiş otonomi şema alanı ile "hiçlik" ve "pişmanlık" boyutları arasında olumlu, "umut" boyutu arasında olumsuz bir ilişki olduğunu ortaya koymuştur. Yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanları ile ontolojik iyi oluş boyutları arasında bir ilişki bulunamamıştır.

Kontrol grubu katılımcılarının tüm şema alanları ile ontolojik iyi oluş boyutları arasında ilişkiler olduğu görülmüştür.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin bazı boyutlar arasında çok düşük düzeyde aracılık rolü olduğu görülmüştür.

Anahtar Kelimeler: Alkol veya Madde Bağımlılığı, Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ontolojik İyi Oluş, Psikolojik Esneklik.

ABSTRACT**Examining the intermediary role of psychological resilience in the relationship between early maladaptive schemas and ontological well being in alcohol and substance addicted individuals****UYANIK, Nazlı****MA, Department of Clinical Psychology****August 2021, 85 pages**

The purpose of the research is to examine the intermediary role of the psychological resilience in the relationship between early maladaptive schemas and ontological well being of alcohol and substance addicted individuals. The sample included 100 patients who met the criteria of alcohol and substance use disorder diagnosis pursuant to DSM-5 and are being treated accordingly, in Denizli State Hospital of Ministry of Health. 100 individuals who were not diagnosed with any alcohol or substance use disorder were also selected randomly as the control group. Personal information form, Young Schema Questionnaire Short Form 3 for determining early maladaptive schemas, Ontological Well being Form for measuring ontological well being levels and Psychological Resilience Scale for determining the intermediary role of psychological resilience have been employed for the individuals. The data obtained in this study have been analyzed with the programs Spss 25 and Amos 26.

The study has put forward that there is a positive relationship between disconnection schema domain and ontological well being “nothingness” dimension, and a negative relationship between disconnection schema domain and “hope” dimension; whereas there is a positive relationship between impaired autonomy schema domain and “nothingness” and “regret” dimensions and a negative relationship between impaired schema domain and “hope” dimension. No relationship has been observed between high standards, impaired borders and other directedness and ontological well being dimensions.

It has been observed that there are relationships between all schema domains and ontological well being dimensions of the control group participants.

It has been observed that there is intermediary role in quite low levels between some dimensions of psychological resilience in the relationship between early maladaptive schemas and ontological well being.

***Keywords:* Alcohol and substance addiction, Early maladaptive schemas, ontological well-being, Psychological flexibility.**

İÇİNDEKİLER

ONAY	Error! Bookmark not defined.
Etik İlkelerine Uygunluk Beyanı	II
TEŞEKKÜR	III
ÖZET	4
ABSTRACT	5
İÇİNDEKİLER	7
TABLolar LİSTESİ	10
ŞEKİLLER LİSTESİ	11
KISALTMALAR	12

BÖLÜM I

GİRİŞ	13
Problem Durumu	15
Araştırmanın Amacı	15
Araştırmanın Önemi	16
Araştırmanın Sınırlılıkları	16
Araştırmanın Varsayımları	17
Tanımlar	17

BÖLÜM II

KAVRAMSAL TEMELLER ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR	18
Alkol veya Madde Bağımlılığı	18
Fizyolojik (Fiziksel) Bağımlılık	18
Psikolojik (Ruhsal) Bağımlılık	19
Bağımlılık Yapıcı Maddeler	19
Bağımlılık Ölçütleri	20
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	21

Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Temelleri	22
Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar	23
Alkol Madde Bağımlılarında Şemalara Yönelik Araştırmalar	25
Ontolojik İyi Oluş	26
Ontolojik İyi Oluşun Boyutları	27
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ontolojik İyi Oluşa Yönelik Çalışmaları	28
Psikolojik Esneklik	28
Psikolojik Esnekliğin Boyutları	29
Alkol veya Madde Bağımlılarında Psikolojik Esnekliğe Yönelik Çalışmalar ...	32

BÖLÜM III

ARAŞTIRMA YÖNTEMİ	34
Araştırma Modeli	34
Araştırmanın Evreni ve Örneklemi	34
Veri Toplama Araçları	35
Kişisel Bilgi Formu	35
Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3).....	35
Ontolojik İyi Oluş Ölçeği	37
Psikolojik Esneklik Ölçeği	38
Verilerin Toplanma Yöntemi.....	38
Verilerin Analizi	39
Etik Konular	39

BÖLÜM IV

BULGULAR	40
Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tanımlanması	40
Alkol veya madde Bağımlılığı Tanısı Olan Katılımcıların Kullandıkları Maddeler ve Madde Kullanım Sürelerinin Tanımlanması.....	42

Olgu ve Kontrol Gruplarında Erken Dönem Uyumsuz Şemalara İlişkin Bulgular	44
Olgu ve Kontrol Gruplarında Ontolojik İyi Oluşa İlişkin Bulgular.....	45
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ontolojik İyi Oluş İlişkisine Ait Bulgular....	45
Aracılık Analizleri	48
Zedelenmiş Otonomi Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanının OİO Boyutları ile İlişkisinde Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü.....	48
Kopukluk Şema Alanının OİO Boyutları ile İlişkisinde Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü.....	50

BÖLÜM V

TARTIŞMA.....	56
Sosyo-demografik Verilerin Değerlendirilmesi	56
Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ontolojik İyi Oluş ve Psikolojik Esneklik Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması.....	57

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER	62
Sonuç.....	62
Öneriler.....	63
EK-1: Katılımcı Bilgilendirme Formu	71
EK-2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU.....	72
EK-3: Young Şema Ölçeği Kısa Formu- 3 (YŞÖ- KF3).....	73
EK-4: Ontolojik İyi Oluş Ölçeği	78
EK-5: Psikolojik Esneklik Ölçeği.....	79
EK-6: Ölçekler İçin Kullanım İzinleri	81
EK-7: Araştırma İzin Belgesi	83
İNTİHAL RAPORU	84
ETİK KURUL RAPORU	85

TABLolar LİSTESİ

Tablo 1. Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Şema Alanları	24
Tablo 2. Katılımcıların Sosyodemografik Özellikleri.....	40
Tablo 3. Çalışma Grubunun Aile Yapısı	42
Tablo 4. Kullanılan Madde Türleri	43
Tablo 5. Madde Kullanım Süresi	43
Tablo 6. Young Şema Ölçek puanlarının karşılaştırılması.....	44
Tablo 7. OİO ölçek puanlarının karşılaştırması.....	45
Tablo 8. Olgu ve Kontrol Gruplarında Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması	46

ŞEKİLLER LİSTESİ

Şekil 1. Psikolojik Esneklik Modeli	29
Şekil 2. Psikolojik Katılık Modeli	30
Şekil 3. Araştırmanın Modeli	34
Şekil 4. Olgu Grubunun Zedelenmiş Otonomi ile Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi	49
Şekil 5. Kontrol Grubunun Zedelenmiş Otonomi ile Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.	50
Şekil 6. Olgu Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.	51
Şekil 7. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi	52
Şekil 8. Olgu Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Umut Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.	53
Şekil 9. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı İle OİO Pişmanlık Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.	54
Şekil 10. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Harekete Geçme Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.....	55

KISALTMALAR

Akt: Aktaran

AMATEM: Alkol ve Madde Bağımlıları Tedavi Merkezi

AMOS: Analysis of Moment Structures

BDT: Bilişsel Davranışçı Terapi

DSM-5: Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders

EMCDDA: The European Monitoring Centre for Drugs and Drug Addiction

KKT: Kabul ve Kararlılık Terapisi

OİO: Ontolojik İyi Oluş

SPSS: Statistical Package for Social Sciences

TUBİM: Türkiye Uyuşturucu ve Uyuşturucu Bağımlılığı İzleme Merkezi

Ve ark.: ve arkadaşları

BÖLÜM I

GİRİŞ

Dünyada ve ülkemizde hemen hemen tüm sınıflarda görülmekte olan madde bağımlılığı, kişinin fizyolojisi, çevresi ile ilişkileri üzerinde negatif etkileriyle beraber kişinin işlevselliğini de bozan, her türlü yasal olmayan madde ve reçeteli olup bağımlılık yapan ilaçların kişiler tarafından amacı dışında kullanımı olarak tanımlanmaktadır (Beyazyürek & Şatır, 2000).

İlk başlarda merak veya arkadaşlara özenme davranışı şeklinde alkol ve madde kullanımına başlayan bireyler kısa sürede bağımlı hale gelebilmektedir (Karataşoğlu, 2013). Bağımlılık, bir veya daha fazla psikoaktif maddenin kullanımı ile ortaya çıkabilen, maddeye ulaşımında kısıtlama ya da engel olduğunda fizyolojik ya da ruhsal olarak değişkenlik gösteren belirtilerin ortaya çıkabileceği, tedavi edilebilmesine rağmen yinelemenin ve nükslerin yaşanabildiği bir hastalıktır (Sezgin ve ark., 2010).

Yapılan araştırmalar merak ve özenme şeklinin yanı sıra uyum sorunları, bir gruba ait olma isteği, eğlenme isteği, çocukluk çağında yaşanan travmatik durumlar, ailenin diğer bireylerin madde kullanımının olması ile birlikte bireylerin kendi negatif inanç ve duygularından uzaklaşmak için madde kullanıldığını ve erken dönem uyumsuz şemaların bunların üzerinde etkili olduğunu göstermektedir (Soyaslan & Özcan, 2019).

Young'a (1990) göre şemalar bireylerde anıları, duyguları, bilişleri ve beden duyularını içeren, kişinin kendine ve ilişkilerine yönelik kapsamlı bilişsel örüntüler şeklinde tanımlanmaktadır. Bu örüntüler yaşam boyu geçerli olarak görülmektedirler. Şemalar genellikle bireylerin çocukluk ve ergenlik dönemlerinde gelişmektedirler (Soygüt, Karaosmanoğlu, & Çakır, 2009). Çocukluk ve ergenlik dönemlerinde meydana gelebilecek kötü muamele, olumsuz davranış ve sorunlar kişinin hayatı boyunca sürdüreceği alkol ve madde kullanımı gibi sonuçlara neden olabilmektedir (Briere, 2002). Madde kullanımı, kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları tarafından harekete geçirilen ve genellikle istenmeyen duygularını engellemek üzere kullandıkları yöntemlerden biri olarak görülmektedir (Young, 1990).

20. yüzyılın ikinci yarısına kadar psikoloji bilimi daha çok kaygı depresyon vb. gibi olumsuz olduğu kabul gören duygular ve davranışlar üzerine yoğunlaşmıştır. Seligman (2002), II. Dünya savaşı sonrasında psikolojinin insana, insanın güçlü yönlerini görmezden gelerek tıbbi bir model ile yaklaştığını vurgulamaktadır. Seligman (1998) tarafından ortaya atılan pozitif psikoloji yaklaşımı ile birlikte psikolojinin iyi oluş, öznel iyi oluş, yaşam doyumu, umut, iyimserlik, akış, kapasite geliştirme, affetme, farkındalık, maneviyat, sorumluluk, özgecilik, çalışma etiği ve mutluluk gibi kavramlar üzerinde durulmaya başlanmıştır (Eryılmaz, 2017; Kaba, 2020). Ontolojik iyi-oluş kavramı, öznel iyi-oluştan farklı bir kavramdır. Burada kişinin kendi yaşamını bir proje olarak değerlendirmesi odağı oluşturur ve bu bağlamda yaşam *geçmiş*, *gelecek* ve *şimdi* ile beraber ele alınarak değerlendirilir. “Ontolojik iyi-oluş” kavramı; geçmişe yönelik pişmanlık veya memnuniyet, geleceğe yönelik anlamsızlık veya umut, bugüne yönelik ise edilgenlik, haz ya da aktivite gibi kavramları içermektedir. (Kaba İ. , 2020).

Şimşek (2009) ontolojik iyi oluşta yaşam projesi kavramını bireyin yaşantısını değerlendirmesi özelinde ele alan bir model olarak görmekte ve bireyin çocukluk döneminde oluşan şemaların ve şu anda sahip olduğu bu yaşam projesini ortaya çıkarırken nasıl bir proje tasarladığı hususunda etkili olduğunu düşünmektedir (Altun, 2016).

Psikolojik esneklik, madde bağımlılığında dikkat çeken kavramlardan biri olarak görülmektedir (Albal, 2019). Kabul ve kararlılık yaklaşımının önemli kavramlarından biri olan psikolojik esneklik, bireyin içinde bulunduğu an ile bilişsel ve istençli olarak temas etmesi ve yine kendisi tarafından belirlenmiş olan değerleri doğrultusunda davranışlarını şekillendirmesi ve gerçekleştirilmesi şeklinde tanımlanabilir (Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999). Madde bağımlılığı bireyin kontrolünü kaybederek madde kullanımına yönelmesi, kontrolsüz bir madde arayışı ile birlikte bireyin bedensel olarak verdiği tepkiler ile ortaya çıkan bir sendromdur. Madde bağımlılığı ile ilgili her ne kadar değişik tanımlar yapılsa da bağımlılık öğrenilmiş bir davranış biçimi olarak görülmektedir. Bu davranış biçimlerinin yeniden düzenlenmesi ihtiyacının olduğu bilinmektedir. Psikolojik esneklik, içinde bulunulan anla ilgili olması geçmiş ve geleceğe takılı olmaması ve kaçınma davranışlarında bulunulmadan yaşantıların seçilmesi bakımından madde bağımlılığı terapilerinde güçlü bir rol üstlenmektedir (Albal, 2019).

Alanyazın incelendiğinde, Soyaslan ve Özcan (2019) tarafından yapılan araştırmada madde kullanımında erken dönem uyumsuz şemalar ile öfke düzeyi arasındaki ilişki incelendiği görülmektedir. Başka bir araştırmada da madde kullanan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik esneklik modeli beraber ele alınmış (Albal; 2019), ontolojik iyi oluş kavramıyla ilişkilerine bakılmamıştır.

Problem Durumu

Araştırmanın problem cümlesi, “alkol veya madde bağımlısı olan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi-oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolü var mıdır?” şeklinde belirlenmiştir.

Araştırmanın problem cümlesinden yola çıkarak aşağıdaki alt problemlere yanıt aranacaktır.

- Alkol veya madde bağımlısı olan kişiler ile kontrol grubu arasında erken dönem uyumsuz şemalar bakımından anlamlı bir fark var mıdır?
- Alkol veya madde bağımlısı olan kişiler ile kontrol grubu arasında ontolojik iyi oluş düzeyleri bakımından fark var mıdır?
- Alkol veya madde bağımlısı olan kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile ontolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Kontrol grubunun erken dönem uyumsuz şemaları ile ontolojik iyi oluş düzeyleri arasında anlamlı bir ilişki var mıdır?
- Alkol veya madde bağımlısı olan kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile ontolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolü var mıdır?
- Kontrol grubunun erken dönem uyumsuz şemaları ile ontolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolü var mıdır?

Araştırmanın Amacı

Yukarıdaki açıklamalar ışığında bu çalışma ile alkol veya madde bağımlısı olan bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi-oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır.

Araştırmanın Önemi

Yapılan güncel araştırmaların bulguları, erken dönem uyumsuz şemaların maddeye başlama ve kullanımının devam ettirilmesinde rol sahibi olduğunu göstermektedir (Albal, 2019). Erken dönem uyumsuz şemaların ruh sağlığı problemlerinde önemli bir faktör olmasının yanı sıra madde kullanımı ile ilişkisinin olduğu, madde kullanımında erken dönem uyumsuz şemaların negatif duygu ve durumlardan kaçınma davranışı şeklinde ortaya çıktığı belirtilmektedir (Ball, 2007).

Alanyazına Şimşek (2009) tarafından kazandırılmış yeni bir kavram olarak dikkat çeken ontolojik iyi oluşun, erken dönem şemalarla ilişkili olabileceği düşünülmektedir. Bu bağlamda alkol veya madde bağımlısı bireylerle yapılmış araştırmalarda erken dönem uyumsuz şemalar ile incelenmesi bakımından önem taşımaktadır.

Alkol veya madde kullanan bireyler üzerinde erken dönem uyumsuz şemalar, ontolojik iyi oluş ve psikolojik esneklik kavramlarının birlikte ele alınması bakımından ve psikoloji alanyazınına katkı sağlaması açısından önem taşımaktadır.

Araştırmanın Sınırlılıkları

Araştırmanın sınırlılıkları aşağıdaki gibidir.

- Araştırma Denizli ili Denizli Devlet Hastanesi'nin Psikiyatri servisine başvuru yapan ve alkol veya madde bağımlısı tanısı konmuş, yatarak ya da ayaktan tedavi olan 100 kişi ile sınırlandırılmıştır.
- Kontrol grubu için 18 yaş üstü bağımlılık tanısı almamış 100 kişi ile sınırlandırılmıştır.
- Araştırma, araştırmada kullanılan ölçekler ve sosyo-demografik form ile sınırlandırılmıştır.

Araştırmanın Varsayımları

Araştırmaya katılan bireylerin, araştırmada kullanılan ölçeklere samimi ve içten yanıtlar verdiği varsayılmaktadır.

Tanımlar

Araştırmadaki temel kavramlar, “Alkol veya madde bağımlılığı, erken dönem uyumsuz şemalar, ontolojik iyi oluş ve psikolojik esneklik” tir.

Alkol veya madde Bağımlılığı: Bağımlılık, bireyin kendi inisiyatifin dışında olmasından kaynaklı özgür iradesini kullanamamasıdır (Ümmet, 2020). Alkol ve madde bağımlılığı Griffiths (1996, 2005) tarafından, “*beynin yapısı, nörokimyası ve davranışta alkolün veya maddenin tetiklediği bozukluklar ile karakterize olan yüksek kronikleşme, nüks etme ve ilerleme riski olan medikal ve davranışsal bir hastalık*” olarak tanımlanmaktadır (Yavuzer, 2020).

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar: Young ve arkadaşları (2003), erken dönem uyumsuz şemaları, çocukluk ve ergenlik süresince zarar verici bir şekilde tekrarlayarak yaşanan deneyimlerden kaynaklanan; anılardan, duygulardan, bilişlerden ve fiziksel duyumlardan oluşan; kişinin kendisini ve diğer kişilerle olan ilişkisini konu alan; hayat boyu gelişen ve belli bir derecede işlevselliği bozan genel, yayılımcı içerik ve örüntüler olarak tanımlamaktadırlar (akt: Şaşmaz, 2014).

Ontolojik İyi oluş: Aynı zamanda yaşam projesi olarak da adlandırılan ontolojik iyi oluş kavramı, bireyin kendi yaşamını bir proje olarak değerlendirmesi ve bunu yaparken zamanın geçmiş, şimdi ve gelecek formlarından yararlanarak değerlendirmesi olarak tanımlanmaktadır (Şimşek, 2009).

Psikolojik Esneklik: Luoma ve arkadaşları (2010) psikolojik esnekliği, “*bireyin geçmiş ve geleceğe takılı kalmayıp içinde olduğu an ile temas etmesi ve belirlemiş olduğu değerleri doğrultusunda davranışlar gerçekleştirmesi*” şeklinde tanımlamaktadırlar (Karakuş & Akbay, 2020).

BÖLÜM II

KAVRAMSAL TEMELLER ve İLGİLİ ARAŞTIRMALAR

Bu bölümde araştırma ile ilgili kavramsal açıklamalara, tanımlamalara ve araştırma ile ilgili alanyazında geçen ve daha önce yapılmış olan araştırmalara ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Alkol veya Madde Bağımlılığı

En genel anlamıyla bağımlılık, herhangi bir şeye karşı hissetmiş olduğu yoğun bir istek ve bu isteğin önlenememesi ile bireyde gelişen fizyolojik, davranışsal ve sosyal boyutlar olarak kendini gösteren durumlardır (Konur, 2018). Bu durumlar hayat boyu sürebilmektedir.

M.Ö. 5. Yüzyıla kadar uzanan hastalık sınıflandırmaları içerisinde yer alan bağımlılık ve kötüye kullanım başlıkları DSM-5 (Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı,5.Basım) ile madde kullanım bozukluğu olarak ifade edilmiştir. DSM-5’ te alkol ve madde kullanımı, madde kullanım bozuklukları ve maddenin yol açtığı bozukluklar şeklinde iki bölümde ele alınmaktadır (APA, 2013).

Bağımlılık önceleri fiziksel bir tepki olarak görülmekteyken, zaman içinde psikolojik boyutuyla beraber incelenmiş olup günümüzde fiziksel ve psikolojik bağımlılık olarak iki boyutta ele alınmaktadır (Konur, 2018).

Fizyolojik (Fiziksel) Bağımlılık

Fizyolojik bağımlılık maddenin kısa veya uzun süre vücutta bulunması ile beyinde ve etkilenen nöronlarda oluşan fizyolojik değişmelere bağlıdır (Kılıç, 2016). Bir maddeye duyulan fiziksel bir istek ve aynı zamanda vücutta maddeye yönelik yeni bir denge oluşması, madde alınmazsa yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması durumuna fizyolojik bağımlılık denmektedir (Uzbay, 1996).

Kişi zamanla aynı miktarda madde almasına rağmen rahatlama sağlayamaz bir hale gelir. Bu nedenle rahatlama hissini sağlamak için kullandığı maddenin miktarında artışa gider. Tolerans olarak adlandırılan bu durum giderek madde miktarının artırılması ya da miktar değişmeksizin alındığında yoksunluk belirtilerinin görülmesidir. Yoksunluk, maddenin uzun süreli ve çok miktarda kullanımı sonrasında

madde miktarında düşüş veya tamamen kesilmesine bağlı görülen bir sendromdur. Yoksunluk belirtileri kişiden kişiye, kullanılan maddenin cinsine ve miktarına bağlı değişiklik gösterir. Birey yoksunluk belirtilerini bertaraf etmek için tekrar alkol veya madde alma gereksinimi hisseder (Ögel, Karalı, Tamar, & Çakmak, 1998). Madde kullanımını bireyde yoksunluk oluşturuyorsa fizyolojik bir bağımlılıktan söz etmek mümkün değildir. Böyle bir durumda yalnızca psikolojik bir bağımlılık oluşmuş demektir (Köknel, 1998).

Psikolojik (Ruhsal) Bağımlılık

Ruhsal bağımlılık, alışkanlık, itiyat gibi başka isimlerle de açıklanan; kişinin duygusal yapısına bağlı, gereksinimleri karşılamak amacıyla bir maddeye olan düşkünlüğü şeklinde tanımlanabilir (Ögel ve ark.,1998). Bu bağımlılıkta bireyi madde alımına yönelik tolerans durumu yoktur. Birey yalnızca aynı maddeyi almaya karşı şiddetli bir istek duyar ve maddeyi aldığı anda yaşadığı hisleri tekrar tekrar yaşamak ve aynı etkiye ulaşmak ister. Bu istek kişinin günlük hayatını etki altına alır. Birey maddeyi aldığı anda doyum sağlar, rahatlama ile birlikte bir haz yaşar (Konur, 2018).

Psikolojik bağımlılık maddeyi tekrar kullanma isteği içerir ve bu istek güçlü olmasına rağmen tolerans oluşturmadan maddenin miktarında bir değişiklik ihtiyacı oluşturmaz. Fizyolojik bağımlılıkta olduğu gibi psikolojik bağımlılık her bireyde farklıdır. Bu fark bireyin kişilik özellikleri, kullanılan maddenin cinsi ve miktarı, kullanım süresi ve maddenin içeriğine bağlı olarak ortaya çıkmaktadır. Köknel (1998), ruhsal bağımlılığın ölçütlerini maddenin kullanımında hissedilen aşırı istek, herhangi bir toleransın oluşmaması, kullanılan madde miktarında değişiklik isteğinin olmaması şeklinde açıklar.

Bağımlılık Yapıcı Maddeler

Bağımlılık yapıcı maddelerin bağımlılık yapma düzeyleri birbirinden çok farklılıklar gösterir. Bu maddeler DSM-5'te 10 çeşit madde kümesi olarak yer almaktadır. Bunlar;

- 1) Alkol,
- 2) Kafein,
- 3) Kenevir (esrar),

- 4) Varsandıranlar (LSD, meskalin, fensiklidin vb.),
- 5) Uçucular (tiner, benzin, gazolin vb),
- 6) Opiyatlar (morfin, eroin, kodein, metadon vb.),
- 7) Dinginleştirici, uyutucu ve kaygı gidericiler (diazepam, klorezapat vb.),
- 8) Uyarıcılar (amfetamin, extasy, kokain vb.),
- 9) Tütün,
- 10) Diğer bilinmeyen maddelerdir (APA, 2013).

Bağımlılık Ölçütleri

Bağımlılık ölçütleri, günümüzde ruh sağlığı bozukluklarının sınıflandırılmasında ve tanısında en çok kullanılan kaynak olan DSM-5'te aşağıdaki şekilde açıklanmaktadır (APA, 2013; Duman, 2020).

On iki aylık bir süre içinde aşağıdakilerden en az ikisi ile kendini gösteren, klinik açıdan belirgin bir sıkıntıya ya da işlevsellikte düşmeye yol açan, sorunlu bir madde kullanım örüntüsü:

1. *Çoğu kez istendiğinden daha büyük ölçüde ya da daha uzun süreli olarak madde alınır.*
2. *Madde kullanmayı bırakmak ya da denetim altında tutmak için sürekli bir istek ya da sonuç vermeyen çabalar vardır.*
3. *Maddeyi elde etmek, madde kullanmak ya da yarattığı etkilerden kurtulmak için gerekli etkinliklere çok zaman ayrılır.*
4. *Madde kullanmaya içinin gitmesi ya da kullanmak için büyük bir istek duyma ya da kendini zorlanmış hissetme.*
5. *İşte, okulda ya da evdeki konumunun gereği olan başlıca yükümlülüklerini yerine getirememe ile sonuçlanan, yineleyici madde kullanımı.*
6. *Maddenin etkilerinin neden olduğu ya da alevlendirdiği, sürekli ya da yineleyici toplumsal ya da kişilerarası sorunlar olmasına karşın madde kullanımını sürdürme.*

7. *Madde kullanımından ötürü önemli bir takım toplumsal, işle ilgili etkinliklerin ya da eğlenme-dinlenme etkinliklerinin bırakılması ya da azaltılması.*

8. *Yineleyici bir biçimde tehlikeli olabilecek durumlarda madde kullanılması.*

9. *Büyük bir olasılıkla maddenin neden olduğu ya da alevlendirdiği, sürekli ya da yineleyici bedensel ya da ruhsal bir sorunu olduğu bilgisine karşın madde kullanımı sürdürülür.*

10. *Aşağıdakilerden biriyle tanımlandığı üzere dayanıklılık (tolerans) gelişmiş olması:*

a. *Esriklığı ya da istenen etkiyi sağlamak için belirgin olarak artan ölçülerde madde kullanımı gereksinimi.*

b. *Aynı ölçüde madde kullanımının sürdürülmesine karşın belirgin olarak daha az etki sağlanması.*

11. *Aşağıdakilerden biriyle tanımlandığı üzere, yoksunluk gelişmiş olması*

c. *Maddeye özgü yoksunluk sendromu.*

d. *Yoksunluk belirtilerinden kurtulmak için ya da kaçınmak için madde ya da yakından ilişkili bir madde alınır.*

Bu ölçülerden son bir yıl içinde en az ikisinin olması kişide kullandığı maddeye karşı bağımlılık geliştiğini gösterir.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Kişinin hayatını anlamlandırma sürecinde yol gösteren, geçmişte oluşan, geleceği etkileyen yapılar şema olarak tanımlanmaktadır (Gör, Kömürcü, & Ertürk, 2017). Beck'in (1967) ortaya koyduğu bilişsel kuramın merkezinde bulunan şemalar genellikle olumsuz çocukluk deneyimleriyle oluşmakta ve kişilik bozukluklarına neden olabilmektedir (Riso, ve diğerleri, 2006).

Şemalar, kişinin temel bakımından sorumlu olan kişilerle aralarında gerçekleşen olumsuz etkileşimler sonucu oluşmaktadır. Şemalar değişime direnç

göstermektedir ve doğaları işlevsel değildir. Bu durumun bireylerde psikolojik sorunlara bilişsel bir yatkınlık oluşturmaktadır (Beck, Rush, Shaw, & Emery, 1979; akt: Gör ve ark., 2017). Diğer bir deyişle uyumsuz şemalar kişilerarası ilişkiler ve stres kaynaklı durumlar ile yetişkinlik döneminde aktif olabilmektedirler. Daha sonra kişide yaşanan olay ve benlikle ilgili olumsuz düşünceler belirir ve bu düşünceler olumsuz durumla ilgili bilişsel çarpıtmaya sebep olur ve duygusal sorunlara elverişli ortam hazırlanır (Riskind & Alloy, 2006).

Beck (1967), şema kavramına değinmiş, bu kavramın kişilerin yaşantılarında nasıl anlam kazandırmak için kullanıldığını anlatmıştır. Young ve diğerleri (2003), Beck'in kavramından yola çıkarak kişilik bozukluklarında, ilişkisel problemlerde ve çoğu kronik duygudurum bozukluğunun temelinde şemaların olabileceğine değinerek "Erken Dönem Uyumsuz Şemalar" kavramını tanımlamıştır (Şaşmaz, 2014).

Erken dönem uyumsuz şemalar, erken dönemde temel bakımdan sorumlu olan kişiler ve kişinin akranlarıyla gerçekleşen olumsuz ilişkiler ile temel duygusal ihtiyaçların karşılanamamasıyla oluşurlar. Buna göre erken dönem uyumsuz şemaları "çocukluk ve ergenlik dönemi boyunca gelişen anılardan, duyulardan, bilişlerden ve bedensel duymalardan oluşan, işlevsel olmayan bireyin kendilik algısını ve kişilerarası ilişkilerini olumsuz yönde etkileyen ve yaşam boyunca sürekli tekrar eden kalıp ya da örüntüler" olarak tanımlamak mümkündür (Young J. E., 1999; Young ve ark., 2003; akt: Gör ve ark., 2017).

Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Temelleri

Erken dönem uyumsuz şemalarda, "*çekirdek duygusal ihtiyaçlar, erken dönem yaşam deneyimleri ve duygusal mizaç*" gibi faktörler temel faktörler olarak ifade edilmektedir (Kuzu Taşçı, 2014).

Çekirdek Duygusal İhtiyaçlar

Çocuklukta karşılanmayan duygusal ihtiyaçlar erken dönem uyumsuz şemaların gelişimi aşamasında önemli rol oynamaktadır. Evrensel olan bu ihtiyaçlar güvenli bağlanma, özerklik, duygu ve gereksinimleri ifade etmedeki özgürlük, kendiliğinden olma ve rol yapma, akılcı sınırlar ve özdenetim olarak sıralanabilir. Bu ihtiyaçları giderilen kişiler psikolojik açıdan sağlıklı olurlar (Kuzu Taşçı, 2014).

Erken Dönem Yaşam Deneyimleri

Erken dönem uyumsuz şemalarının oluşmasında Young ve diğerleri (2003) dört temel erken dönem olumsuz yaşantısından söz etmektedirler. Bunlar,

- İhtiyaçların yeterince karşılanmaması
- İhtiyaçların gereğinden fazla karşılanması ve aşırı koruma,
- Travmatizasyon ve kurbanlaştırma,
- Seçici içselleştirme (önem verilen kişilerle özdeşleşme)'dir.

İhtiyaçları yeterince karşılanmayan çocuk sevgi, hoşgörü, şefkat, anlayış ve istikrar gibi kavramları kendisinde oluşturamaz. Ve buna bağlı olarak terk edilme, duygusal yoksunluk gibi şemalar geliştirir. Bunun tam tersi olan ihtiyaçların gereğinden fazla karşılanması ve aşırı koruma durumunda ise, çocuklarda otonomi (özerklik) ve gerçekçi sınırlar konulması ihtiyaçları karşılanmamış olur. Bağımlılık/yetersizlik, hak görme/büyüklenmecilik gibi şemalar böyle durumlarda ortaya çıkabilir. Bir diğer olumsuz yaşam deneyimi travmadır. Travma fiziksel ya da duygusal olarak yaşanmış olabilir. Her ne şekilde olursa olsun travma yaşamış çocukta güvenlik ihtiyacı zedelenmiş olur. Bu durum kusurluluk/utanç, zarar ya da hastalık karşısında incinebilirlik gibi şemaların oluşmasına yardımcı olur. Seçici içselleştirme (önem verdiği kişilerle özdeşleşme) durumunda çocuk yakın çevresinden gördüğü davranışları içselleştirir ve onlarla özdeşleşir (Kuzu Taşçı, 2014) .

Duygusal Mizaç

Her birey farklı mizaçlara sahiptir. Çocukluk döneminde farklı koşullarda mizaçlarına göre tepki geliştirirler. Bu durum aynı olaylara farklı tepkiler vermelerini sağlar (Kuzu Taşçı, 2014). Çocukların duygusal mizacı şema gelişiminde önemli bir etken olarak görülmektedir (Altun, 2016).

Şema Alanları ve Erken Dönem Uyumsuz Şemalar

Young ve diğerleri (2003) erken dönem uyumsuz şemaları beş şema alanında ve on sekiz grupta ele almışlardır. Şema alanları ve şema boyutları Tablo 1 de gösterilmektedir.

Tablo 1.*Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Şema Alanları*

Şema Alanı/Boyutu	Tanım	Örnek Madde
Kopukluk ve Reddedilme		
Şema Alanı		
Terk Edilme/ İstikrarsızlık	Kişinin yakın ilişkide olduğu ve önemli bulduğu kişiler tarafından terk edileceğine ya da onların kişiyi koruyamayacağına olan inancı	Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
Güvensizlik/Kötüye Kullanılma	Başkaları tarafından kasıtlı olarak zarar göreceği ya da istismar edileceği beklentisi	İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum
Duygusal Yoksunluk	Duygusal gereksinimlerinin başkaları tarafından karşılanmayacağı inancı	Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok
Kusurluluk/Utanc	Bireyin kendisinin kusurlu, değersiz, istenmeyen ve itici olduğuna inancı	Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum
Sosyal İzolasyon/ Yabancılaşma	Diğer insanlardan farklı olma ve/veya herhangi bir grup ya da topluluğun parçası olmama duygusu	Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
Zedelenmiş Otonomi		
Şema Alanı		
Bağımlılık/Yetersizlik	Başkalarından yardım almadan günlük sorumluluklarını yerine getiremeyeceği inancı	Eğer istediğimi yaparsam başımı derde sokarım diye düşünürüm
Zarar Görme veya Hastalanmaya Karşı Dayanaksızlık	Herhangi bir anda bir felaketin olacağı ve bundan korunamayacağı beklentisi	Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyuyorum
İç İçe Geçme/ Gelişmemiş Benlik	Bireyin başkalarının desteği olmadan varlığını sürdüremeyeceğine dair inancı (bireysel bir kimlik geliştirememeye)	Anne babamdan ayrılmayı bağımsız hareket edebilmeyi yaşlıtlarım kadar başaramadım
Başarısızlık	Bireyin diğer insanlara göre başarısız olduğuna ve önemli amaçları gerçekleştiremeyeceğine dair inancı	İşleri halletmede son derece yetersizim.
Zedelenmiş Sınırlar		
Şema Alanı		
Hak Görme/ Büyükleme	Bireyin kendisinin başka insanlardan üstün olduğu, özel hak ve ayrıcalıklara sahip olduğu ve karşılıklı kuralları tarafından sınırlanmadığı inancı	Kendimi sıradan ve sıkıcı işlere zorlayamam
Yetersiz Özdenetim/ Özdisiplin	Bireyin dürtülerini kontrol edemeyeceği inancı	İstediğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.

Şema Alanı/Boyutu	Tanım	Örnek Madde
Başkalarına Yönelimlilik		
Boyun Eğme	Bireyin terk edilmekten, tepki almaktan kaçınmak için kontrolü başkalarına teslim etmesi	İlişkilerimde diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm
Kendini Fedâ	Diğerlerinin ihtiyaçlarını karşılamaya aşırı derecede odaklanma eğilimi	Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum
Onay/Tanıma Arayıcılık	Diğer insanlardan onay, kabul ya da ilgi elde etmeye aşırı odaklanma	Paramın olması ve önemli insanlar tanıyan olmak beni değerli yapar
Aşırı Tetikte Olma ve Ketlenme Şema Alanı		
Karamsarlık/ Kötümserlik	Yaşamın olumlu yönlerini küçümseme; acı, ölüm gibi olumsuz yönlerine fazlaca odaklanma	Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissediyorum.
Duygusal Ketlenme	Duyguları ifade etmekten kaçınma ve duygusal olarak kısıtlanmış olma eğilimi	Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
Cezalandırma	Bireyin hatalarından dolayı cezalandırılması gerektiğine olan inancı	Eğer bir yanlış yaparsam cezalandırılmayı hak ederim
Yüksek Standartlar/ Aşırı Eleştirme	Bireyin erişilmez aşamalarda başarıya ya da mükemmelliği karşılamak için mücadele etmesi gerektiğine olan inancı	Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem

Kaynak: Gör, Kömürçü, & Ertürk, 2017.

Alkol Madde Bağımlılarında Şemalara Yönelik Araştırmalar

Şema teorisi, alkol madde bağımlılarında şemaların azaltılmasına yönelik çalışmalar yapılarak uzun vadede iyileşme sağlayacağını varsayar. Bu bağlamda son yıllarda madde bağımlılığı ve erken dönem uyumsuz şema ilişkilerini inceleyen çalışmalar (Ball & Cecero, 2001; Brotchie ve ark., 2004; Roper ve ark., 2010; Shorey & Anderson, 2011; Ünal, 2012; Aaron, 2013; (Khosravani ve ark., 2017) önem kazanmıştır (Akt:Albal, 2019). Bu çalışmaların bulgularına göre kontrol grubuna göre madde bağımlılarında erken dönem uyumsuz şemaların daha belirgin olduğu ve bu şemaların neden olduğu bilişsel, davranışsal ve duygusal tepkilerin sonuçlarından kaçınmak için madde kullanımında artış gözlemlendiği belirtilmektedir. Albal (2019) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre bağımlılık şiddeti ile erken dönem uyumsuz şemaların “karamsarlık” ve “sosyal izolasyon/güvensizlik” boyutlarında orta düzeyde anlamlı bir ilişki olduğu ifade edilmekte ve diğer boyutların ise zayıf veya çok zayıf anlamlılık düzeyine dikkat çekilmektedir.

Ontolojik İyi Oluş

Psikoloji biliminde son 20-25 yıldır pozitif psikoloji anlayışının gelişmesiyle birlikte olumlu duygular ön plana çıkmış ve kişinin psikolojik iyi oluşuna yönelik yeni kavramlar üzerinde durulmuştur (Kaba, Erol, & Güç, 2018). Bu anlayış alana girmeden önce psikoloji biliminin depresyon, kaygı ve benzeri gibi olumsuz kavramlar üzerinde durduğu bilinmektedir. Pozitif psikoloji görüşü alanda ilk defa Martin Seligman (1998) tarafından kullanılmıştır. Pozitif psikolojinin ilgilendiği olumlu olarak kabul edilen konular arasında iyi oluş, öznel iyi oluş, farkındalık, umut, affetme, yaşam doyumu gibi kavramlar dikkat çekmektedir (Eryılmaz, 2017).

Pozitif psikolojiyi Hefferon ve Boniwell (2014) üç bölümde incelemektedirler. Geçmiş zaman dilimini ele alan ilk bölüm iyi oluş ve yaşam doyumunu içerir. İkinci bölüm, şimdiki zaman dilimine odaklanır ve mutluluk ve akış deneyimi ile geleceğe yönlendirilen umut kavramlarını içerir. Son bölüm ise gelecek zaman dilimi içerisinde iyimserlik kavramlarını içermektedir (Akt:Küsgülü, 2014).

İyilik hali üzerine ilk bilimsel çalışmalar Bradburn (1969) tarafından yapılmıştır. Bradburn, iyi oluş ve mutluluk kavramlarının aynı anlama geldiğini açıklamıştır. İyi oluş kavramının pek çok tanımı olmakla birlikte, 1) psikolojik iyi oluş, 2) öznel iyi oluş olmak üzere iki temel tanım ön plana çıkmaktadır. Psikolojik iyi oluş bireyin gelişimi ve psikolojik işlevselliği ile ilgilenmekte iken, öznel iyi oluş daha hazcı bir gelenekten gelmektedir (Altun, 2016).

Öznel iyi oluş, Diener'e (1984) göre kişinin yaşamına ilişkin duygusal ve bilişsel değerlendirmesinin "olumlu duygu, olumsuz duygu ve yaşam doyumu" temelinde yapılmasıdır. Tanımdan anlaşılacağı gibi öznel iyi oluş, bilişsel boyut ve duygusal boyut olmak üzere iki boyut üzerinden değerlendirilmektedir. Duygusal boyut olumlu ve olumsuz duyguları; bilişsel boyut yaşam doyumunu içine almaktadır (Kaba, 2020).

Şimşek (2009), öznel iyi oluşta ifade edilen, olumlu ve olumsuz duyguları kapsayan duygusal bileşenin işevuruk tanımlarının ve ölçümlerinin, bireyin yaşamının dışında genel duygusal yaşantısını önde tutması; bilişsel boyutun da "yaşam doyumu" ifadesindeki "yaşam" ın ne anlama geldiğini açık bir şekilde ifade ortaya koymaması

nedeniyle ontolojik iyi oluş kavramını ortaya atmıştır (Şimşek, 2009; Kuzu Taşçı, 2014; Altun, 2016).

Ontolojik sözcüğü, Yunanca “varoluş” anlamına gelen “*ontos*” kelimesinden türemiştir. Felsefi alanyazın içerisinde ontolojik kavramının temeli “zaman”dır. Bu nedenle Şimşek (2009) bu kavramı ontolojik iyi oluş olarak isimlendirmiştir. Geçmiş, gelecek ve şimdi zamansal düzlemine yerleştirilen kavram, aynı zamanda yaşam projesi olarak da adlandırılmaktadır (Şimşek, 2009; Kuzu Taşçı, 2014; Altun, 2016; Kaba, 2020).

Ontolojik İyi Oluşun Boyutları

Ontolojik iyi oluş zamansal bir düzlemde incelendiğinde üç boyut ortaya çıkmaktadır: Geçmiş, gelecek ve şimdi. Geçmiş, kişinin yaşamını proje olarak değerlendirmesine göre değişen duygulardan oluşur. Buradaki değerlendirme öznel olmakla birlikte gurur, başarı, doyum gibi olumlu duyguların dışında hayal kırıklığı, yetersizlik, suçluluk gibi olumsuz duyguları da canlandırabilir (Şimşek, 2009).

Şimdiki zaman, ontolojik iyi oluşta devam eden, kendi içinde olan ve kişi tarafından ortaya çıkarılmış durumu ifade etmektedir. Yani şimdi kavramı kişinin halihazırda devam ettirdiği yaşam projesini anlatmakta; bu projeye yönelik güdülenmesini ve algısını tasvir etmektedir. Şimdiki zaman üzerinden ontolojik iyi oluşa bakıldığında devam etmekte olan ve kişi tarafından ortaya çıkarılmış duruma denk gelir. Başka bir deyişle, şimdiki zaman kişinin yaşam projesindeki motivasyonudur. Motivasyon ne kadar yüksek ise birey projesine o denli bağlıdır (Şimşek, 2009; Kaba, 2020).

Ontolojik iyi oluşta gelecek zaman, bireyin taşımakta olduğu umutla ilgilidir ve iyimser duyguların tümü olarak değerlendirilmektedir (Şimşek, 2009).

Ontolojik iyi oluş kavramı bireyin geçmişine yönelik, pişmanlık veya memnuniyeti, bugününe yönelik edilgenlik, haz veya aktivite gibi dinamikleri, son olarak da geleceğe dair anlamsızlık ya da umudunu kapsar (Kuzu Taşçı, 2014).

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ontolojik İyi Oluşa Yönelik Çalışmaları

Alanyazın incelendiğinde erken dönem uyumsuz şemalar ve ontolojik iyi oluş kavramlarının birlikte kullanıldığı çalışma ilk kez Kuzu Taşçı(2014) tarafından yapılmıştır.

Bu çalışmada “erken dönem uyumsuz şemaların depresyon ile ilişkisinde ontolojik iyi oluş kavramının aracılık etkisi”ne bakılmıştır. Kuzu Taşçı araştırmasında erken dönem uyumsuz şemaların bireyin yaşam projesinin oluşmasında ve yorumlanmasında belirleyici bir rol oynadığı belirtilmektedir.

Altun (2016) tarafından yapılan bir diğer araştırma da hükümlü /tutuklulardaki erken dönem uyumsuz şemaların ontolojik iyi oluş ve öfke ilişkisinde öz şefkatin ve mutlak gerçeklik ihtiyacının aracı rolünün belirlenmesine yöneliktir. Çalışmanın bulgularına göre erken dönem uyumsuz şemaların “kopukluk/reddedilme, zedelenmiş sınırlar/yüksek standartlar ve zedelenmiş otonomi/diğeri yönelimlilik” boyutlarının ontolojik iyi oluş ile pozitif yönde ilişkili olduğu sonucu bulunmuştur.

Psikolojik Esneklik

Psikolojik esneklik, Bilişsel Davranışçı Terapilerde (BDT) yer alan Kabul ve Kararlılık Terapisinin (KKT) çekirdeğini oluşturan duygusal, bilişsel ve davranışsal içeriğe sahip bir yapı olarak görülmektedir. Psikolojik esneklik bireyin yaşadığı ve içinde bulunduğu “an” ile temas etmesi ve uzun vadeli değerler oluşturularak kendi davranışlarını ve düşüncelerini değiştirme ve devam ettirme becerisidir (Hayes, Strosahl, & Wilson, 1999).

Hayat acı verici koşullar altında bile anlam ifade edebilir (Frankl, 2013). KKT şu anda ne şekilde yaşanırsa yaşansın, bireyler çektikleri sıkıntı ve acı durumlarında, olanları kabul etmeleri ve hayatı kucaklamaları gerektiği vurgulanmaktadır (Terzi & Ergüner-Tekinalp, 2013).

Psikolojik olarak esnek olan bir kişi yaşam deneyimlerinde istenmeyen bir durum olursa onları engellemez, değiştirmez veya kontrol etmeye çalışmaz. Bunun yerine onlarla temas etmeye istek duyar. Birey için bu istenmeyen durumların

varlığında onları kontrol altına alma ve onlarla mücadele etme uğraşı ortadan kalktığında bireyin enerjisi uzun vadeye yayılacaktır. Bu enerjiyle arzuladığı nitelik ve değerleri değiştirmesi mümkün olacaktır (Fledderus ve ark., 2013).

Psikolojik Esnekliğin Boyutları

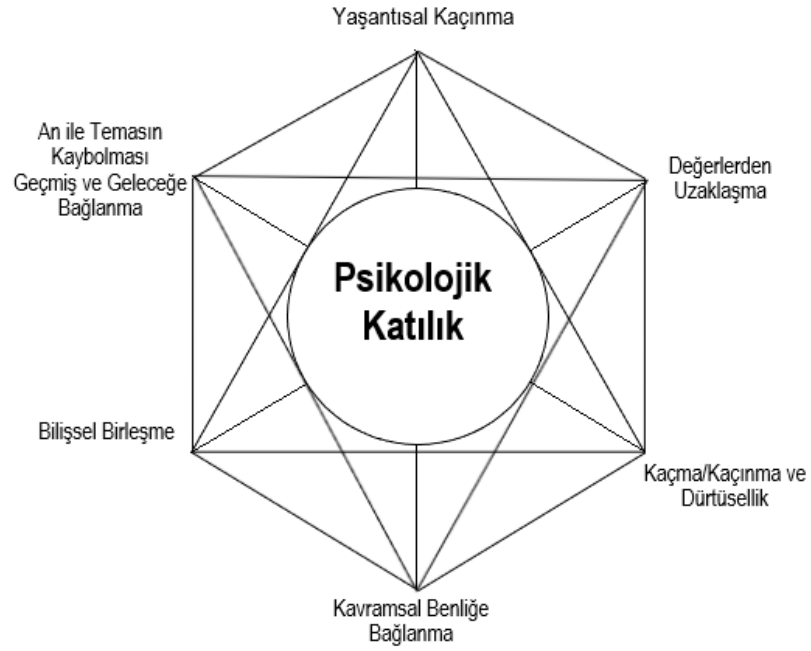
KKT'nin terapötik yönünü tanımlayan psikolojik esnekliğin esneklik seviyesini artıracak ve olumlu beceriler kazandıracak altı adet çekirdek bileşeni olduğu kabul edilir. Bunlar şekil 2.1 de yer aldığı gibi, “*kabul*”, “*ayrışma*”, “*an'da olma*”, “*bağlamsal benlik*”, “*değerler ve değerler doğrultusundaki davranışlar*”dır (Luoma, Hayes, & Walser, 2010).



Şekil 1. Psikolojik Esneklik Modeli

(Kaynak: Aktepe, 2016)

Psikolojik esneklik kavramının azaldığı durum psikolojik katılık olarak tanımlanmaktadır. Psikolojik katılık kişinin geçmiş ve gelecek etkisinde kalarak “an”ı yaşayamamasına; olumlu ve olumsuz uyarıcılar etkisinde kalmasına ve bu etkiyle birlikte kendine uygun olmayan davranışlar göstermesine neden olur (İnce, 2020). Psikolojik katılık, psikolojik esneklik gibi altı çekirdekli bir yapıdan oluşur. Bilişsel birleşme, an ile temasın kaybolması-geçmiş ve geleceğe bağlanma, yaşantısal kaçınma, değerlerden uzaklaşma, kaçınma/kaçma ve dürtüsellik, kavramsal benliğe bağlanma olarak belirlenen bu yapılar şekil 2.2 de gösterilmektedir.



Şekil 2. Psikolojik Katılık Modeli

(Kaynak: Aktepe, 2016)

Kabul/Yaşantısal Kaçınma

Psikolojik Esneklikte kabul kavramının karşılığı, psikolojik katılıkta yaşantısal kaçınma olarak adlandırılır. Kabul boyutu birey için üzüntü ve acı oluşturan duygu düşünce ve anılara açık olması, bunlarla mücadele etmeyi bırakması anlamına gelir. Aslında bu olayları bireyin sevdiği veya istediği anlamına gelecek şekilde algılamamak gerekir. Birey kendince bu durumlara direnmemeyi seçmiş, kendi iç dünyasında onlara yer açmıştır (Harris, 2009).

Yaşantısal kaçınma bireyin aklına gelen imge, duygu, düşünce ve hislerden uzaklaşmak için onları göndermeye ve değiştirmeye çalışarak, olduğu gibi kabullenmekten kaçma davranışıdır. Birey kabul davranışının tam zıt yönünde bir davranış sergilemiş olur (Yavuz, 2015).

Bilişsel Ayrışma/Bilişsel Birleşme

Bilişsel Ayrışma, bireyin zihninde sorun yaratmakta olan anılardan, düşüncelerden uzaklaşması anlamına gelmektedir (Harris, 2009). Kişinin düşüncelerine ve anılarına uyması, onlardan korkması veya onların gerçekliğinin kendisi olarak düşünmemesi gerekliliğinin ayırımına varmış olmasıdır (İnce, 2020).

Bilişsel birleşme, ilişkisel çevrelerin davranış üzerindeki baskınlığı şeklinde tanımlanabilir. Patolojik olmayan bu durumun varlığı, baskınlık şiddeti ve yaygınlığının artması sonucu kişinin an içindeki diğer uyaranları farketmemesine ve dikkate almamasına neden olur. Bu durum kişinin içinde olduğu bir duruma uygun tepki vermemesi ile sonuçlanabilir. Kişi düşüncelerini sanki gerçeği yansıtıyor gibi yorumlar ve kendi bilişsel sürecinin farkında olmayabilir (Yavuz, 2015).

An İle Temas Etme/Geçmiş ve Geleceğin Baskınlığı

Bir kişi “bilişsel birleşme” ve “yaşantısal kaçınma” içerisindeyse bulunduğu durumdan soyutlanarak zihinsel faaliyetlerini geçmiş ve gelecek odağına çevirir (Yavuz, 2015). An ile temas halinde olan birey aslında “şimdi” ve “burada” olma halindedir. “An”da olma, yaşanan “an”ı içindikileri yargılamadan ve doğrudan yaşamak demektir. Birey bu şekilde işlevsiz davranışları farkederek yerine yeni davranışlar koyabilir (Hayes, 2004).

Bağlamsal Benlik/Kavramsal Benliğe Bağlanma

Bağlamsal benlik kavramını anlamak için öncelikle düşünen benlik ve gözlemleyen benlik kavramlarını açıklamak gerekir. Düşünen benlik, benliğin inançlar, anılar, hayaller gibi düşünce üzerine yoğunlaştığı kısımdır. Gözlemleyen benlik ise bireyin yaşamı boyunca değişimini gözlemlediği bedeni, düşüncesi, duyguları, yaşamdaki rollerine rağmen değişmeyen benlik parçasıdır. Bu benlik KKT alanyazınında bağlamsal benlik olarak ifade edilir (Harris, 2009; Yavuz, 2015; Aktepe, 2016). Kavramsal benliğe bağlanma, bireyin kendisine yönelik olumsuz yorumlarının diğer kişiler tarafından da onaylanarak günlük yaşamını engelleyecek duruma gelmesidir (Yavuz, 2015; İnce, 2020).

Değerler/Değerlerden Uzaklaşma

Harris'e (2009) göre değerleri, kişinin gündelik yaşamından uzaklaşarak kendisine "bu hayatı ne için yaşıyorum?" sorusuna verdiği yanıt oluşturur. Değerler, sözel olarak ifade edilebilen uzun dönemli yaşam hedefleridir. Zaman içerisinde yaşanan olay ve durumlara göre de değişiklik gösterebilir. Somut olarak elde edilmesi imkansız olan değerler, kişinin yaşamına ve davranışlarına yön veren seçimleridir (Hayes, 2004; Yavuz, 2015; Aktepe, 2016; Albal, 2019).

Psikolojik esnekliği düşük olan bireyler davranış tercihlerini kendi seçimleri olan değerler doğrultusunda değil, sosyal eleştiri veya onay alma doğrultusunda ya da suçluluk/kaygı gibi duygulardan uzaklaşarak yaparlar. Bu nedenle Yavuz (2015), değerlerin tanımlanmasını psikolojik esnekliğin artırılması açısından önemli görmektedir.

Değerler Doğrultusunda Davranma/Kaçma, Kaçınma ve Dürtüsellik

KKT yaklaşımının en temel hedeflerinden birisi değerler doğrultusunda davranışlar geliştirmektir. Değerlere uygun davranma bireyin düşünce, duygu ve hedeflerine yönelik değerlerin davranış olarak ortaya çıkmasını cesaretlendirerek psikolojik esnekliği arttırmaya yönelik harekete geçmeyi içerir (Hayes ve ark., 2006; Yavuz, 2015).

Psikolojik esnekliği düşük bireyler, sürekli hata yapma endişesi, çaresiz olma düşüncesi gibi olumsuz içedönük yaşantılardan kurtulmak için madde kullanmak ve kendine zarar vermek gibi davranışlar sergileyerek değerlerinden uzaklaşırlar (Albal, 2019).

Alkol veya Madde Bağımlılarında Psikolojik Esnekliğe Yönelik Çalışmalar

Psikolojik esneklik modelinin, madde kullanım bozukluklarında bazı klinik araştırmalarda ele alındığı görülmektedir. Bu çalışmalarda psikolojik esneklikteki artışın bağımlılık tedavisinin devam ettirilmesinde, madde kullanımının ve kaçınma

davranışlarının azalmasına yardımcı olduğu yönünde, işlevsel davranışların artırılmasında, madde kullanım isteğinin azalmasında etkili olduğu söylenmektedir (Albal, 2019).

Albal (2019) tarafından gerçekleştirilen “*madde bağımlılarında şema ve psikolojik esneklik yaklaşımlarının madde bağımlılığı şiddetine etkisi*” isimli çalışmada şemaların bağımlılık şiddeti üzerine etkisinde, psikolojik esneklik aracı rolü incelenmektedir. Araştırma bulgularına göre, bağımlılık şiddeti üzerine doğrudan etkisi bulunmayan şemaların, psikolojik esneklik aracı rolüyle etki sağladığı belirtilmektedir.

BÖLÜM III

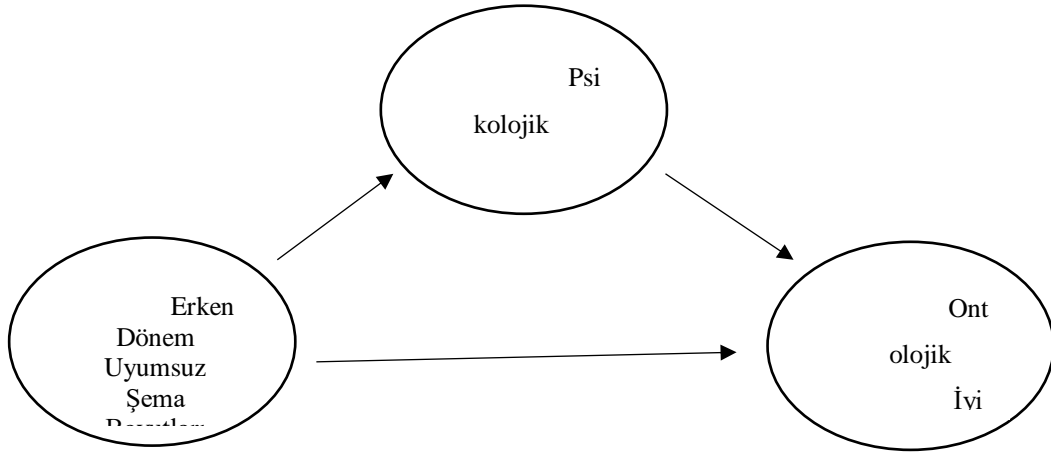
ARAŞTIRMA YÖNTEMİ

Bu bölümde, araştırmanın modeline, evren ve örnekleme, veri toplama araçları, verilerin toplanmasına ve verilerin analiz sürecinde kullanılan istatistiksel tekniklere ilişkin bilgilere yer verilmiştir.

Araştırma Modeli

Bu araştırma, nicel araştırma yöntemlerinden “ilişkisel tarama” modeline göre düzenlenmiştir. İlişkisel tarama modelleri, iki veya daha fazla değişkenin aralarındaki ilişkinin varlığını veya ölçüsünü saptamak amaçlı yapılan araştırmalardır (Balcı, 2021). Alkol veya madde bağımlısı bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelendiği bu araştırmada madde bağımlılarının yanı sıra kontrol grubu araştırmaya dahil edilmiştir.

Araştırmada psikolojik esnekliğin erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide aracılık rolünü belirlemek için yapısal eşitlik modeli (YEM) kullanılmıştır. Model aşağıda Şekil 3’te gösterilmiştir.



Şekil 3. Araştırmanın Modeli

Araştırmanın Evreni ve Örneklemi

Araştırmanın evrenini Denizli ilinde alkol veya madde bağımlısı tanısı konmuş, yatarak veya ayaktan tedavileri devam eden yetişkin bireyler oluşturmaktadır. Araştırmanın örneklemini ise Denizli Devlet hastanesinde 1 Haziran-30 Haziran 2021 tarihleri arasında Psikiyatri ana bilim dalında alkol veya madde bağımlısı tanısı

konmuş, Alkol ve Madde Bağımlılığı servisinde yatarak veya poliklinikte ayakta tedavisi devam eden 100 hasta oluşturmaktadır. Örneklem seçiminde amaçlı örneklem alma yoluna gidilmiştir. Araştırmanın amacına bağlı olarak belirlenen amaçlı örnekleme, “belli ölçütleri karşılayan veya belirli özelliklere sahip olan bir veya daha fazla özel durumlarda çalışılmak istendiğinde tercih edilen” bir örnekleme türüdür (Büyüköztürk ve ark., 2020). Ayrıca araştırmaya herhangi bir alkol veya madde bağımlılığı tanısı olmayan 100 birey kontrol grubu olarak dahil edilmiştir.

Veri Toplama Araçları

Araştırmada bir adet bilgi formu ile üç adet ölçek kullanılarak katılımcılardan veri toplanmıştır. Ölçekler uygulanmadan önce araştırmaya dair bilgileri de içeren Katılımcı Bilgilendirme Formu (EK-1) ile katılımcıların araştırmaya katılmak için onayları alınmıştır. Katılım için onay veren katılımcılara aşağıda adı geçen form ve ölçekler dağıtılmıştır.

- Kişisel Bilgi Formu (EK-2)
- Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3) (EK-3)
- Ontolojik İyi Oluş Ölçeği (EK-4)
- Psikolojik Esneklik Ölçeği (EK-5)

Kişisel Bilgi Formu

Araştırmaya katılan kişilerin özelliklerini belirlemek ve bazı değişkenler ile ilgili bilgi toplamak amacıyla araştırmacı tarafından hazırlanmıştır. Form üzerinde katılımcıların cinsiyeti, yaşı, eğitim durumu, medeni durumu, sosyoekonomik durumu, yetiştikleri aile tipi, kullandıkları bağımlılık yapıcı madde türü ve kullanım süresi gibi sorular yer almaktadır.

Young Şema Ölçeği Kısa Formu-3 (YŞÖ-KF3)

Araştırmada, Young (1990) tarafından geliştirilen Young Şema Ölçeği’ nin 90 maddelik kısa formunu 3. versiyonu (YŞÖ-KF3) erken dönem şemaların belirlenmesi için kullanılmıştır.

Ölçek, ilk olarak 205 maddeden oluşan form daha sonra kısaltılarak 75 maddeye düşürülmüştür. 75 maddelik versiyona “onay arayıcılık”, “cezalandırıcılık” ve “karamsarlık” şemalarının eklenmesiyle 90 maddelik 3. versiyon oluşturulmuştur.

Ülkemizde Soygüt, Karaosmanoğlu ve Çakır (2009) tarafından 90 maddelik Türkçe formu için, ölçeğin geçerlik ve güvenilirlik çalışması yapılarak beş şema alanı ve 14 faktörlü bir yapının uygun olduğu tespit edilmiştir. Faktör analizi sonucu elde edilen bu beş şema alanı “*kopukluk, zedelenmiş otonomi, yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik*” olarak belirlenmiştir. Şema alanları oluşturulurken madde sayılarının dağılımı değişmiş olmasına rağmen form yine 90 maddeden oluşmaktadır. Elde edilen şema alanlarının alt boyutları ve madde numaraları şunlardır:

- *Duygusal yoksunluk (1, 19, 37, 55, 73)*
- *Başarısızlık (6, 24, 33, 42, 60, 78)*
- *Karamsarlık (8, 17, 26, 35, 80),*
- *Sosyal İzolasyon/Güvensizlik (3, 4, 40, 57, 58, 75, 76)*
- *Duyguları Bastırma (12, 30, 48, 66, 84)*
- *Onay Arayıcılık (16, 34, 52, 56, 70, 88)*
- *İç İçe Geçme/Bağımlılık (7, 9, 10, 25, 63, 64, 79, 81, 82)*
- *Ayrıcalıklılık/Yetersiz Özdenetim (15, 22, 32, 50, 51, 68, 69)*
- *Kendini Feda (11, 29, 47, 65, 83)*
- *Terk Edilme (2, 20, 28, 38, 74)*
- *Cezalandırıcılık (18, 49, 53, 54, 72, 89)*
- *Kusurluluk (23, 41, 43, 59, 77, 90)*
- *Hastalık ve Tehditler Karşısında Dayanıksızlık (21, 39, 44, 62, 71)*
- *Yüksek Standartlar (13, 14, 31).*

Likert tipi 6’lı ölçek; “1 = Benim için tamamıyla yanlış, 2 = Benim için büyük ölçüde yanlış, 3 = Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla, 4 = Benim için orta derecede doğru, 5 = Benim için çoğunlukla doğru, 6 = Beni mükemmel şekilde

tanımlıyor” şeklinde puanlanmıştır. Ölçekten yüksek puan alınması, erken dönem uyumsuz şemanın varlık durumunu ve şemanın şiddetini göstermektedir.

Ölçeğin Türkçe sürümünün test-tekrar test güvenilirliğinin, şema alanları açısından $r = .66 - .83$; şema boyutları açısından $r = .66 - .82$ aralığında değiştiği belirlenmiştir. Ölçeğin iç tutarlılık katsayısının şema alanları için $\alpha = .53 - .81$, şema boyutları için $\alpha = .63 - .80$ aralığında olduğu bulunmuştur (Soygüt ve ark, 2009).

Bu çalışmada kullanılan ölçeğin güvenilirlik istatistiğine göre Cronbach’s Alpha şema alanları için $\alpha = .74 - .92$, değeri şema boyutları için $\alpha = .55 - .86$ arasında bulunmuştur.

Ontolojik İyi Oluş Ölçeği

Şimşek ve Kocayörük (2012) tarafından geliştirilmiş Ontolojik iyi oluş ölçeği, geçerlik ve güvenilirlik çalışmaları yapılmış, açıklayıcı faktör analizine tabi tutulmuş ve 4 faktörlü yapı araştırmacılar tarafından uygun görülmüştür. Bu 4 faktör, “pişmanlık, harekete geçme, hiçlik ve umut” olarak belirlenmiştir.

İlk faktör olan “hiçlik” 6 maddeden oluşmaktadır. Hiçlik faktörü toplam varyansın %33.54 ünü açıklamaktadır ve amaçsızlık, önemsizlik, kaybolmuşluk ve kaygı gibi olumsuz maddeler bulundurmaktadır. Toplam varyansın %13.9 unu açıklamakta olan ikinci faktör; umut ise 6 maddeden oluşmaktadır. Umut faktörü sadece ileriye dönük olma, kendinden emin olma, hırslı ve umutlu olma gibi olumlu maddeleri bulundurmaktadır. 7 maddeden oluşan pişmanlık, üçüncü faktördür. Bu 7 madde geçmişle ilgilidir ve toplam varyansın %7.95 ini oluşturmaktadır. Suçluluk, pişmanlık, hayal kırıklığı gibi olumsuz; gururlu, tatminli gibi olumlu boyutları bulunmaktadır. 5 maddeden oluşan son faktör; harekete geçme toplam varyansın %7.31 ini oluşturmaktadır. Ölçek 5’li Likert tipinde olup “1= Hiç hissetmiyorum, 2= Biraz hissediyorum, 3= Yoğun hissediyorum, 4= Oldukça yoğun hissediyorum ve 5= Çok yoğun hissediyorum” şeklinde yanıtlanmaktadır. Pişmanlık boyutundaki “gurur” ve “tatmin” ile “harekete geçme” boyutundaki “yorgun” maddeleri ters puanlı maddelerdir.

Uygulanan ölçeğin bu araştırmadaki Cronbach’s Alpha güvenilirlik katsayıları, “hiçlik” boyutunda $\alpha = .87$, “pişmanlık” boyutunda $\alpha = .85$; “harekete geçme” boyutunda $\alpha = .85$ ve son boyut olan umut boyutunda $\alpha = .93$ şeklinde bulunmuştur.

Psikolojik Esneklik Ölçeği

Francis, Dawson ve Golijani-Moghaddam (2016) tarafından geliştirilmiş olan ölçek, 28 maddeden oluşmaktadır. Değerler ve değerler doğrultusunda davranış (1, 7, 9, 13, 16, 19, 21, 26, 27, 28), an'da olma (8, 14, 18, 20, 22, 23, 25), kabul (2, 3, 5, 6, 24), bağlamsal benlik (4, 10, 12) ve ayrışma (11, 15, 17) boyutlarından oluşmaktadır. Ölçek puanlaması 1 ile 7 arasında yapılmaktadır. Türkçeye uyarlama çalışması Karakuş ve Akbay (2020) tarafından gerçekleştirilen ölçeğin, bu uyarlama çalışmasında Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları; değer ve değer doğrultusunda davranış boyutu $\alpha = .84$, an'da olma $\alpha = .60$, kabul $\alpha = .72$, bağlamsal benlik $\alpha = .73$ ve ayrışma $\alpha = .59$ olarak bulunmuştur.

Uyarlanan ölçek araştırmacılar tarafından maddelerin en son hali ile yeniden boyutlar belirlenmiştir. 2, 3, 5, 6, 8, 18, 20, 22, 23, 24 ve 25. maddeler tersten puanlanmaktadır. Ölçekten en düşük 28 puan, en yüksek 196 puan alınabilir. Psikolojik esnekliğinin yüksekliğini, ölçek maddeleri değerlendirilirken her alt ölçekten alınan puanların yüksekliği yansıtmaktadır (Karakuş & Akbay, 2020).

Bu çalışmada ölçeğin Cronbach's Alpha iç tutarlılık katsayıları, ayrışma $\alpha = .51$, bağlamsal benlik $\alpha = .56$, an'da olma $\alpha = .55$, kabul $\alpha = .61$ ve değerler ve değer doğrultusunda davranış boyutu $\alpha = .84$ olarak bulunmuştur. Çalışmada Psikolojik Esneklik Ölçeği'nin Cronbach's Alfa iç tutarlılık katsayısı ise $\alpha = .63$ şeklindedir.

Verilerin Toplanma Yöntemi

Araştırmada veriler, Sağlık Bakanlığı Denizli Devlet Hastanesi'nden alınan uygulama izni ile 1 Haziran - 30 Haziran 2021 tarihleri arasında AMATEM'e yatarak ve ayaktan tedavi başvurusu yapan, araştırmaya DSM-5 içerisinde yer alan alkol veya madde kullanım bozukluğu tanı kriterlerini taşıyan, tedavi altındaki ve gönüllü olan 100 bireye ölçek uygulanarak toplanmıştır. Araştırmanın yapılacağı kurumun belirlenmesinde, araştırmacının çalıştığı kurum olması nedeniyle hastalara ulaşabilme ve izleme olanağı sağlanması etkili olmuştur.

Kontrol grubu için araştırmaya dâhil olma kriterleri ise; 18 yaş üzerinde yetişkin olmak, okur-yazar olmak ve ölçüm araçlarındaki uzun ve karmaşık olarak kabul edilebilecek cümleleri anlayabilme düzeyine sahip olmak, mental retardasyon ve psikoz tanısının bulunmaması ile birlikte gönüllülük esasıdır.

Verilerin Analizi

Araştırma verileri Statistical Package for Social Sciences (SPSS) 25.0 programında analiz edilmiştir.

Ölçeklere ilişkin iç tutarlılıklar Cronbach's Alfa testiyle saptanmış olup, "Young Şema Ölçeği Kısa Formu 3 (YŞÖ-KF3) Ölçeği"nin Cronbach's Alfa değeri $\alpha=.96$, "Ontolojik İyi Oluş Ölçeği"nin Cronbach Alfa değeri $\alpha= .73$ ve "Psikolojik Esneklik Ölçeği"nin Cronbach's Alfa iç tutarlık katsayısı ise $\alpha= .63$ bulunmuştur.

Yapılan normallik analizlerinde vaka ve kontrol grubundaki katılımcılar için ayrı ayrı olmak üzere ölçek ve alt boyut puanlarının normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Olgu ve kontrol grupları birbirleri arasında, her grup da kendi içinde olmak üzere ölçeğin ve alt boyutlarının puanlarının değişkenlerine göre karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanılmıştır. Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişki için korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi sonucunda elde edilen r değeri ($|r|<.25$) ise "düşük" düzeyde ilişki, ($.26<|r|<.50$) ise "orta" düzeyde ilişki ve ($|r|>.51$) ise "yüksek" düzeyde ilişki olarak yorumlanmıştır. Psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesinde ise AMOS 26 programı ile aracı yol analizi kullanılmıştır.

Etik Konular

- T.C Sağlık Bakanlığı Türkiye Kamu Hastaneleri Kurumu Denizli İli Kamu Hastaneleri Birliği Genel Sekreterliği Bilimsel Araştırmalar Komisyonu'ndan 28/05/2021 tarihli yazı ve araştırmanın yapılacağı Denizli Devlet Hastanesi'nden uygulama izni alındı (Ek-7).
- Araştırmaya katılımda gönüllü olan katılımcılardan sözlü ve yazılı bilgilendirilmiş onamları alındı (Ek-1).
- Araştırmada kullanılan veri toplama araçları için ölçekleri geliştiren ve Türkçe'ye uyarlayan yazarlardan e-posta aracılığı ile yazılı izin alındı (Ek-6).
- Ayrıca araştırma sürecinde olması beklenen etik kurallara riayet edilmiştir. Araştırmada etik ilkeler doğrultusunda gerçekleşen ölçek uygulamaları, aynı zamanda gizlilik ilkesine de bağlı bir şekilde yürütülmüştür.

BÖLÜM IV

BULGULAR

Araştırmanın bu bölümünde, araştırmanın amaçlarında belirtilen sorular üzerine uygulanan ölçeklerden toplanan veriler ile uygulanmış istatistiksel analiz sonuçlarına yer verilmiştir.

Katılımcıların Sosyo-Demografik Özelliklerinin Tanımlanması

Araştırmaya katılan bireylerin cinsiyet, yaş, öğrenim durumu, sosyoekonomik durumu, yetişmiş oldukları aile tipi ile birlikte alkol veya madde bağımlısı bireyler olgu grubu başlığında toplanmış olup kullandıkları madde ve maddeyi kullanım süreleri Tablo 2' de yer almaktadır.

Tablo 2.

Katılımcıların Sosyo-demografik Özellikleri

Sosyo-demografik özellikler	Olgu Grubu		Kontrol grubu		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
<i>Cinsiyet</i>						
Kadın	7	7	62	62	69	34,5
Erkek	93	93	38	38	131	65,5
<i>Yaş</i>						
18-25 arası	42	42	17	17	59	29,5
26-40 arası	50	50	41	41	91	45,5
41-55 arası	5	5	31	31	36	18
56 ve üstü	3	3	11	11	14	7
<i>Medeni Durum</i>						
Evli	33	33	67	67	100	50
Bekar	58	58	24	24	82	41
Boşanmış	9	9	9	9	18	9
<i>Öğrenim Durumu</i>						
İlkokul	12	12,0	3	3,0	15	7,5
Ortaokul	60	60,0	6	6,0	66	33,0

Lise	23	23,0	21	21,0	44	22,0
Önlisans	2	2,0	13	13,0	15	7,5
Lisans	3	3,0	47	47,0	50	25,0
Yüksek lisans/Doktora	0	0	10	10,0	10	5,0
<i>Sosyoekonomik Durum</i>						
Düşük	35	35,0	12	12,0	47	23,5
Orta	50	50,0	76	76,0	126	63,0
Orta-yüksek	13	13,0	12	12,0	25	12,5
Yüksek	2	2,0	0	0	2	1,0

Tablo 2 incelendiğinde cinsiyet değişkenine göre alkol veya madde bağımlısı olan bireylerin 7 si kadın, 93'ü erkek katılımcılardan oluşmuştur. Bu sayı kontrol grubunda 62 kadın, 38 erkek şeklindedir.

Araştırmaya katılan alkol veya madde bağımlısı katılımcıların 26-40 yaş aralığında 50 kişi olup alkol veya madde bağımlısı katılımcıların % 50 sini oluşturmaktadır. 18-25 yaş aralığında 42 birey yer almaktadır. Kontrol grubunda en çok katılımcı yaş aralığı 41 kişi ile 26-40 yaş aralığında yer almaktadır. 41-55 yaş aralığında ise 31 bireyin katılım sağladığı görülmektedir. Toplam sayılar üzerinden değerlendirildiğinde en çok katılımcı sayısı 26-40 yaş aralığındadır. Bu yaş aralığı 91 katılımcı ile araştırmaya katılanların %40,5' ini oluşturmaktadır.

Alkol veya madde bağımlısı katılımcıların 33 kişi evli, 58 kişi bekar ve 9 kişi ise boşanmış olduğunu belirtmişlerdir. Bu sayı kontrol grubunda şöyle sıralanmaktadır: Evli 67, bekar 24 ve boşanmış 9 kişi.

Araştırmaya katılanların öğrenim durumları incelendiğinde ise alkol veya madde bağımlısı katılımcıların %60'ı (60 kişi) ortaokul mezunudur. Kontrol grubunda en çok katılımda bulunanlar %47 ile lisans mezunlarıdır. Alkol veya madde bağımlısı katılımcı olmadığı görülmektedir. Yüksek lisans/doktora mezunu durumunda olan 10 katılımcı kontrol grubunda yer almaktadır.

Sosyoekonomik durum incelendiğinde, alkol veya madde bağımlısı bireylerden oluşan katılımcıların %35'i düşük, %50'si Orta, %13'ü orta-yüksek ve

%2'si yüksek sosyoekonomik durumda olduklarını belirtmişlerdir. Kontrol grubunda bu sayılar %12 düşük, %76 orta ve %12 orta-yüksek olarak sıralanmaktadır. Kontrol grubunda yüksek sosyoekonomik durumda olduğunu belirten katılımcı bulunmamaktadır.

Alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış katılımcılardan %81'i çekirdek ailede, %8'i geniş ailede ve %11 bölünmüş ailede yetiştiklerini belirtmişlerdir. Kontrol grubunda %92 çekirdek aile, %7 geniş aile ve %1 bölünmüş aile mensubu olduklarını belirtmektedirler. Dağılımlar aşağıda yer alan Tablo 3' te gösterilmektedir.

Tablo 3.

Çalışma Grubunun Aile Yapısı

<i>Aile yapısı</i>	Olgu Grubu		Kontrol Grubu		Toplam	
	n	%	n	%	n	%
Çekirdek aile	81	81	92	92	173	86,5
Geniş aile	8	8	7	7	15	7,5
Bölünmüş aile	11	11	1	1	12	6,0

Alkol veya madde Bağımlılığı Tanısı Olan Katılımcıların Kullandıkları Maddeler ve Madde Kullanım Sürelerinin Tanımlanması

Alkol madde bağımlılığı tanısı konmuş olan katılımcıların kullandıkları maddeler ve madde kullanım sürelerine ilişkin bulgular aşağıda yer almaktadır.

Alkol ve madde bağımlısı olan katılımcıların son kullandıkları maddeye ilişkin bulgular Tablo 4'te verilmektedir.

Tablo 4.*Kullanılan Madde Türleri*

<i>Kullanılan Maddeler</i>	n	%
Alkol	12	12,0
Esrar-Kenevir	2	2,0
Opiyat-eroin-morfin	64	64,0
Uyarıcı-kokain-extacy-amfetamin	22	22,0
Toplam	100	100

Buna göre maddelerden alkol %12, esrar-kenevir %2, opiyatlar, eroin ve morfin kullanımı %64, kokain, extacy ve amfetamin %22'lik bir kullanım oranı görülmektedir.

Alkol veya madde bağımlısı katılımcıların kullanmış oldukları bu maddelere yönelik kullanım süreleri Tablo 5'te yer almaktadır.

Tablo 5.*Madde Kullanım Süresi*

<i>Kullanılan Madde Süresi</i>	n	%
1-2 yıl aralığı	19	19
3-5 yıl aralığı	28	28
6-10 yıl aralığı	39	39
11 yıl ve üzeri	14	14
Toplam	100	100

Tablo incelendiğinde; 19 kişinin 1-2 yıl aralığında, 28 kişinin 3-5 yıl aralığında, 39 kişinin 6-10 yıl aralığında, 14 kişinin de 11 yıl ve üzeri madde kullanım süresi olduğu görülmektedir.

Olgu ve Kontrol Gruplarında Erken Dönem Uyumsuz Şemalara İlişkin Bulgular

YŞÖ-KF-3, normallik testinde olgu ve kontrol grubundaki katılımcılar için ölçek ve alt boyut puanlarının normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Bu nedenle olgu ve kontrol grupları arasında ve her grubun kendi içinde ölçek ve alt boyut puanlarının değişkenlere göre karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Alkol veya madde bağımlısı bireyler (olgu grubu) ile kontrol grubunun YŞÖ-KF3'ten almış oldukları puanlar Tablo 6' da karşılaştırılmıştır.

Tablo 6.

Young Şema Ölçek puanlarının karşılaştırılması

<i>Young Şema Ölçeği</i>	Olgu Grubu (n=100)				Kontrol Grubu (n=100)				İstatistik. Analiz	
	Min.	Maks.	Ort.	SS	Min	Maks	Ort.	SS	z	p
<i>Şema alanları ve alt boyutları</i>										
<i>Kopukluk Şema Alanı</i>										
Duygusal yoksunluk	5	30	14,35	6,68	5	28	8,77	4,78	-6,43	,000
Sosyal izolasyon/güvensizlik	7	39	21,94	7,26	7	40	14,89	7,25	-6,59	,000
Duyguları bastırma	5	27	14,87	5,89	5	29	10,22	4,91	-5,60	,000
Kusurluluk	6	35	14,63	6,65	6	27	8,97	4,33	-7,30	,000
TOPLAM	28	114	65,79	22,18	23	107	42,84	21,27	-7,53	,000
<i>Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı</i>										
Başarısızlık	6	33	15,32	7,26	5	28	10,10	4,32	-5,20	,000
Karamsarlık	5	29	16,45	6,39	5	29	10,47	4,77	-6,60	,000
İç içe geçme/bağımlılık	9	45	23,56	10,19	9	39	14,36	6,27	-6,90	,000
Terk edilme	5	30	14,09	6,55	5	25	8,28	3,89	-7,01	,000
Hastalık ve tehditler karşısında dayanıksızlık	5	30	15,84	6,16	5	24	11,31	5,44	-5,17	,000
TOPLAM	33	158	85,26	29,55	30	152	55,10	21,99	-7,37	,000
<i>Yüksek Standartlar Şema Alanı</i>										
Yüksek Standartlar	3	18	10,53	4,09	3	18	8,68	4,00	-3,43	,001
Onay Arayıcılık	9	34	21,03	5,73	6	33	17,6	6,27	-3,86	,000
TOPLAM	13	52	31,56	9,82	9	51	25,74	10,27	-4,14	,000
<i>Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı</i>										
Ayrıcalıklılık/yetersiz Özdenetim	9	40	25,53	7,11	7	40	21,34	7,63	-3,88	,000
TOPLAM	9	40	25,53	7,11	7	40	21,34	7,63	-3,88	,000
<i>Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı</i>										
Kendini Feda	8	30	17,84	5,10	5	29	14,49	5,16	-4,24	,000
Cezalandırıcılık	6	36	24,39	6,05	6	35	19,26	7,03	-5,10	,000
TOPLAM	14	66	42,23	11,15	11	54	33,75	12,19	-5,35	,000

Tablo 6' ya göre bulgular incelendiğinde; olgu grubunun “Kopukluk”, “Zedelenmiş Otonomi”, “Yüksek Standartlar”, “Zedelenmiş Sınırlar” ve “Diğeri Yönelimlilik” şema alanlarından ve alt boyutlarından aldıkları puanlar, kontrol grubundakilerden anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu bulunmuştur ($p<.05$).

Olgu ve Kontrol Gruplarında Ontolojik İyi Oluşa İlişkin Bulgular

OİO ölçeği, normallik testinde olgu ve kontrol grubu katılımcıları için ayrı ayrı test edilmiş; ölçek ve alt boyut puanlarının normal dağılım göstermediği tespit edilmiştir. Olgu ve kontrol grupları arasında ve her grubun kendi içinde ölçek ve alt boyut değişkenlerine göre karşılaştırılmasında Mann-Whitney U testi kullanılmıştır.

Tablo 7' de OİO ölçek puanlarının karşılaştırılması verilmiştir.

Tablo 7.

OİO ölçek puanlarının karşılaştırması

<i>Ontolojik İyi Oluş Boyutları</i>	Olgu Grubu (n=100)				Kontrol Grubu (n=100)				İstatistik. Analiz	
	Min.	Maks	Ort.	SS	Min	Maks	Ort.	SS	z	p
Pişmanlık	7	35	22,48	6,94	7	34	16,29	5,70	-6,27	,000
Harekete Geçme	5	25	12,72	5,39	5	25	14,99	4,77	-3,26	,001
Hiçlik	6	30	13,90	6,83	6	25	10,32	4,66	-3,99	,000
Umut	6	30	20,98	7,22	11	30	22,11	6,27	-0,93	,350
TOPLAM	46	100	70,08	12,06	40	83	63,71	9,53	-3,87	,000

Tablo 7' de OİO ölçek puanlarına göre, “Pişmanlık”, “harekete geçme” ve “hiçlik” boyutlarında olgu grubunun ortalamalarının, kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde daha yüksek olduğu görülmektedir ($p<.05$). “Umut” boyutunda ilgili gruplar arasında anlamlı bir fark bulunamamıştır.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ve Ontolojik İyi Oluş İlişkisine Ait Bulgular

Kişilerin erken dönem uyumsuz şemaları ve ontolojik iyi oluş düzeyleri arasındaki ilişki için korelasyon analizi yapılmıştır. Korelasyon analizi ile r değeri elde edilmiştir. Elde edilen r değeri; “ $|r|<.25$ ” ise “düşük” düzeyde ilişki, “ $.26<|r|<.50$ ” ise

“orta” düzeyde ilişki ve “ $|r|>.51$ ” ise “yüksek” düzeyde ilişki olarak yorumlanmıştır. Analizlerde güven aralığı %95 (anlamlılık düzeyi; $p<.05$) olarak belirlenmiştir.

Tablo 8’de görüleceği üzere, erken dönem uyumsuz şema alanları ve boyutları ile ontolojik iyi oluş ölçeğinin alt boyutları olan “hiçlik”, “umut”, “pişmanlık” ve “harekete geçme” değişkenleri korelasyon analiziyle incelenmiştir.

Tablo 8.

Olgu ve Kontrol Gruplarında Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanları İle Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkinin Karşılaştırılması

<i>Young Şema Ölçeği</i>	<i>Olgu Grubu</i>				<i>Kontrol Grubu</i>			
	<i>(n=100)</i>				<i>(n=100)</i>			
<i>Şema alanları ve alt boyutları</i>	<i>Hiçlik</i>	<i>Umut</i>	<i>Pişmanlık</i>	<i>Harekete geçme</i>	<i>Hiçlik</i>	<i>Umut</i>	<i>Pişmanlık</i>	<i>Harekete geçme</i>
<i>Kopukluk Şema Alanı</i>								
Duygusal yoksunluk	,359**	-,263**	,044	-0,145	,461**	-0,190	,404**	-,367**
Sosyal izolasyon/güvensizlik	,341**	-,150	,243*	-0,109	,521**	-,217*	,430**	-,302**
Duyguları bastırma	,224*	-,167	0,091	-0,104	,404**	-,249*	,460**	-,279**
Kusurluluk	,339**	-,325**	0,191	0,014	,464**	-,267**	,492**	-,293**
TOPLAM	,388**	-,273**	0,180	-0,105	,547**	-,267**	,518**	-,361**
<i>Zedelenmiş Otonomi Şema Alanı</i>								
Başarısızlık	,234*	-,181	,230*	-0,182	,300**	-,309**	,414**	-,284**
Karamsarlık	,348**	-,220*	,237*	-0,117	,442**	-0,070	,427**	-,345**
İç içe geçme/bağımlılık	,290**	-,239*	,232*	-0,071	,412**	-0,177	,472**	-,337**
Terk edilme	,295**	-,308**	0,177	-0,020	,382**	-,209*	,345**	-,231*
Hastalık ve tehditler karşısında dayanıksızlık	0,178	-0,082	0,086	-0,015	,493**	-0,016	,439**	-,255*
TOPLAM	,335**	-,260**	,245*	-0,102	,516**	-0,135	,505**	-,361**
<i>Yüksek Standartlar Şema Alanı</i>								
Yüksek Standartlar	-0,017	0,138	-0,072	0,163	,394**	-0,040	,237*	-,096
Onay Arayıcılık	0,117	0,120	0,017	0,049	,293**	0,043	,289**	-,087
TOPLAM	0,074	0,153	-0,024	0,116	,375**	0,012	,304**	-0,102
<i>Zedelenmiş Sınırlar Şema Alanı</i>								
Ayrıcalıklılık/yetersiz Özenetim	0,193	0,084	-0,006	-0,003	,262**	0,011	0,152	-,114
TOPLAM	0,193	0,084	-0,006	-0,003	,262**	0,011	0,152	-,114
<i>Diğeri Yönelimlilik Şema Alanı</i>								
Kendini Feda	0,088	0,034	-0,030	-0,035	,246*	0,056	,326**	-,232*
Cezalandırıcılık	0,119	0,047	0,128	-0,037	0,155	0,007	0,195	-,014
TOPLAM	0,126	0,049	0,067	-0,044	,215*	0,031	,279**	-0,118

* $p<.05$; ** $p<.01$

Yapılan korelasyon analizi sonuçlarına göre olgu grubunda Kopukluk şema alanı ile “hiçlik” boyutunda pozitif yönlü anlamlı bir ilişki söz konusudur ($r = .38$, $p<.01$). Kopukluk şema alanı içerisinde yer alan *duygusal yoksunluk boyutu* ($r = .35$, $p<.01$), *sosyal izolasyon/güvensizlik boyutu* ($r = .34$, $p<.01$), *duyguları bastırma boyutu*

($r = .22, p < .05$), kusurluluk boyutu ($r = .33, p < .01$) OİO alt boyutu “hiçlik” ile pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı ilişki içindedir.

Olgu grubunun kopukluk şema alanı içerisinde yer alan duygusal yoksunluk boyutu ($r = -.26, p < .01$), kusurluluk boyutu ($r = -.32, p < .01$) OİO alt boyutu olan “umut” ile negatif yönlü ilişki içindedir. Kopukluk şema alanının da “umut” boyutu ile negatif yönlü ve orta düzeyde bir korelasyon içinde olduğu görülmektedir ($r = -.26, p < .01$).

Kontrol grubunun kopukluk şema alanı ile OİO alt boyutu “hiçlik” boyutu ile ($r = .54, p < .01$), “pişmanlık” boyutu ile ($r = .51, p < .01$) pozitif yönde ve yüksek düzeyde; “umut” boyutu ($r = -.26, p < .01$) ve “harekete geçme” alt boyutu ($r = -.36, p < .01$) ile negatif yönlü ve orta düzeyde bir ilişki vardır.

Zedelenmiş otonomi şema alanı ($r = .33, p < .01$) ile OİO alt boyutu “hiçlik” arasında pozitif yönlü ve orta düzeyde anlamlı bir ilişki görülmektedir. Zedelenmiş otonomi şema alanının alt boyutları olan başarısızlık ($r = .23, p < .05$), karamsarlık ($r = .34, p < .01$), iç içe geçme/bağımlılık ($r = .29, p < .01$), terk edilme ($r = .29, p < .01$) ile OİO alt boyutu “hiçlik” arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki görülmektedir. Aynı zamanda zedelenmiş otonomi şema alanlarından başarısızlık ($r = .23, p < .05$), karamsarlık ($r = .23, p < .05$), iç içe geçme/bağımlılık ($r = .23, p < .05$) alt boyutları, OİO “pişmanlık” boyutu ile pozitif yönde ve zayıf bir ilişki göstermektedir. Aynı şema alanı içinde karamsarlık ($r = -.22, p < .05$), iç içe geçme/bağımlılık ($r = -.23, p < .05$), terk edilme ($r = -.30, p < .01$) boyutları OİO “umut” boyutu ile negatif yönlü ilişki içindedir.

Kontrol grubunun zedelenmiş otonomi şema alanı, OİO “hiçlik” ve “pişmanlık” boyutuyla (sırasıyla; $r = .51, r = .50, p < .01$) pozitif yönlü ve orta düzey ilişki içerisindedir. Ayrıca olgu grubundan farklı olarak kontrol grubunun zedelenmiş otonomi şema alanı OİO “harekete geçme” boyutu ile negatif yönlü ilişki içindedir ($r = -.36, p < .01$).

Yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar, diğeri yönelimlilik şema alanları analiz sonuçlarına göre olgu grubunda OİO alt boyutları ile anlamlı ilişki göstermemekte olup kontrol grubunda yüksek standartlar şema alanı OİO “hiçlik” ($r = .37, p < .01$) ve “pişmanlık” ($r = .30, p < .01$) boyutlarında orta düzeyde olumlu yönde ilişki göstermektedir.

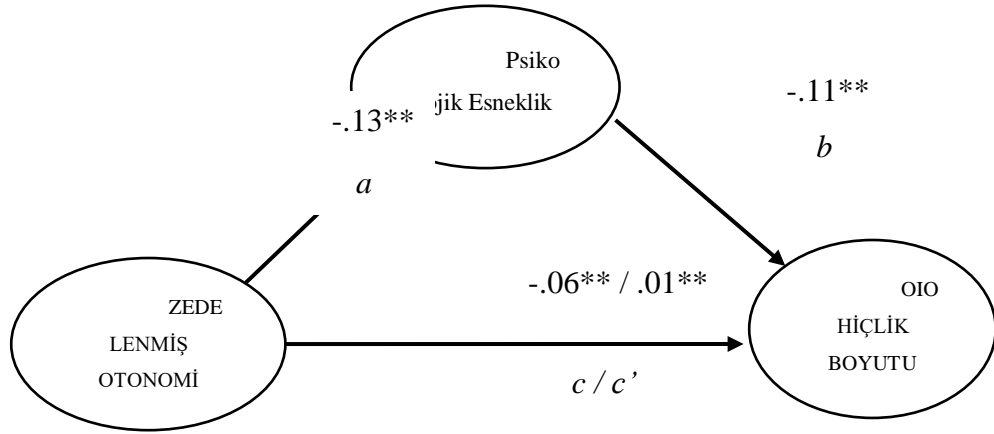
Kontrol grubunda zedelenmiş sınırlar şema alanı ($r = .26, p < .01$) ve diğeri yönelimlilik şema alanı ($r = .21, p < .05$) OİO “hiçlik” boyutu ile anlamlı ilişki içindedir. Diğeri yönelimlilik şema alanı ayrıca OİO “pişmanlık” boyutu ile pozitif yönlü ve zayıf bir ilişki içindedir ($r = .27, p < .01$).

Aracılık Analizleri

Bu araştırmadaki temel amaç, alkol veya madde bağımlılarında erken dönem uyumsuz şema alanları ve ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü olup olmadığını belirlemektir. Bu bağlamda Hayes’in (2018) paralel çoklu aracılık yöntemi kullanılarak, değişkenlerin birbirleri ile olan ilişkisi ve aracı değişkenin bu ilişkilere katkısının belirlenmesi amacıyla aracılık ilişkisi test edilmiştir.

Zedelenmiş Otonomi Erken Dönem Uyumsuz Şema Alanının OİO Boyutları ile İlişkisinde Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü

Preacher ve Hayes tarafından geliştirilen (2008) çoklu aracılık analizi kullanılarak, zedelenmiş otonomi şema alanının, OİO hiçlik boyutu üzerinde psikolojik esnekliğin dolaylı etkisi öncelikle olgu grubunda (alkol veya madde bağımlısı katılımcılarda), daha sonra da kontrol grubunda incelenmiştir. Buna göre, olgu grubunun istatistiksel sonuçları aşağıdaki Şekil 4’ te oluşturulmuştur.

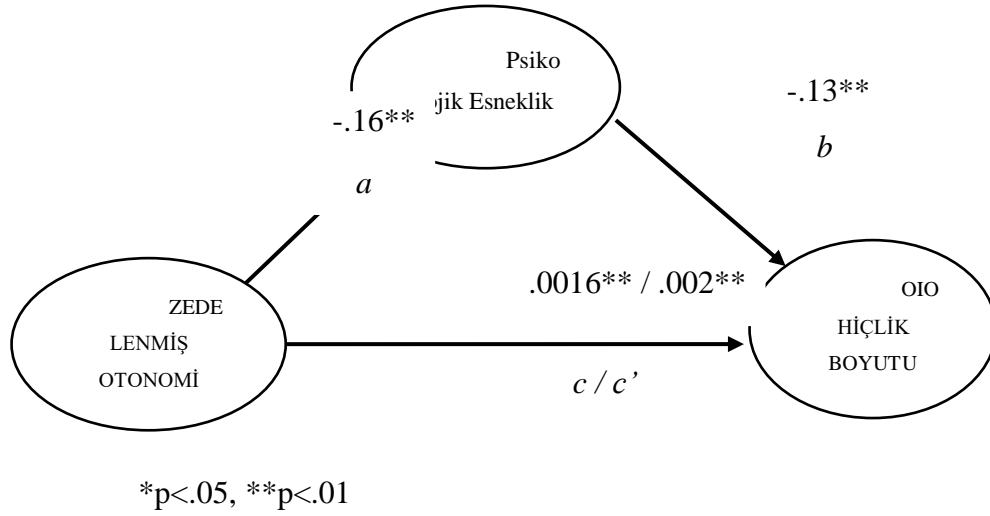


** $p < .01$, * $p < .05$,

Şekil 4. Olgu Grubunun Zedelenmiş Otonomi ile Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğin Aracılık Analizi

Yapılan analiz sonuçlarına göre, zedelenmiş otonomi şema alanın psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkisi bulunmaktadır ($a = -.13$, $se = .05$, $p < .01$). Psikolojik esnekliğin OİO “hiçlik” boyutu üzerine olumsuz etkisi görülmektedir ($b = -.11$, $se = .04$, $p < .01$). Doğrudan etki yani zedelenmiş otonomi şema alanının OİO “hiçlik” boyutuna etkisi ($c = .06$, $se = .02$, $p < .01$), dolaylı etki yani psikolojik esnekliğin zedelenmiş otonomi şema alanının OİO “hiçlik” boyutu ile ilişkisinde aracılık etkisinin ($c' = .01$, $se = .008$, $p < .01$) anlamlı olduğu görülmektedir. Bu sonuç psikolojik esnekliğin zedelenmiş otonomi ile OİO “hiçlik” boyutu arasındaki ilişkide düşük bir aracılık etkisi olduğunu göstermektedir.

Kontrol grubunun zedelenmiş otonomi şema alanı ile OİO “hiçlik” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelendiği analiz sonuçları Şekil 5’te görülmektedir.



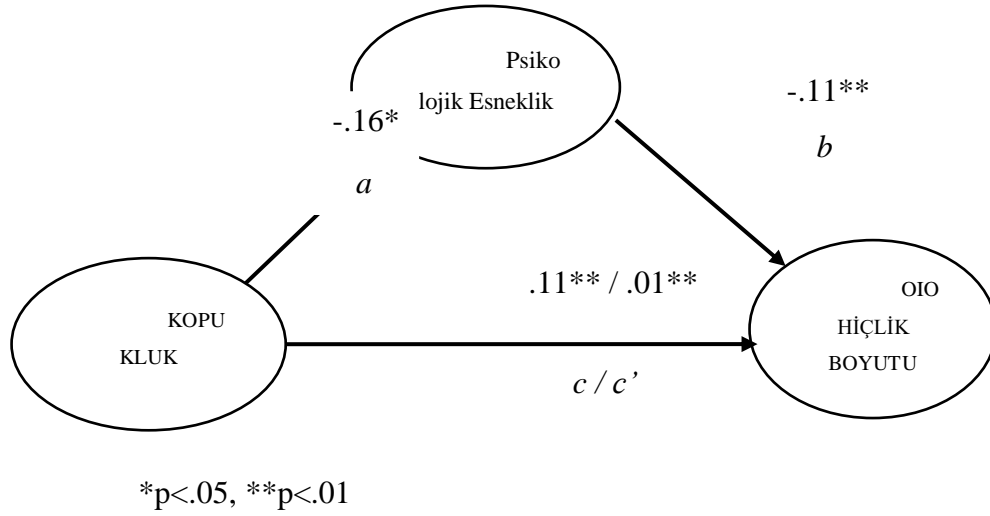
Şekil 5. Kontrol Grubunun Zedelenmiş Otonomi ile Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğin Aracılık Analizi.

Analiz sonucuna göre, zedelenmiş otonomi şema alanı psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkiye sahiptir ($a = -.16$, $se = .06$, $p < .01$). Psikolojik esneklik, OİO “hiçlik” boyutu üzerinde olumsuz etki göstermektedir ($b = -.013$, $se = .004$, $p < .01$). Doğrudan etki ($c = .016$, $se = .003$, $p < .01$) ve dolaylı etki ($c' = .002$, $se = .001$, $p < .01$) anlamlıdır. Kontrol grubundaki psikolojik esnekliğin, zedelenmiş otonomi şema alanı OİO “hiçlik” boyutu ilişkisinde aracılık rolü çok düşük düzeyde vardır.

Olgu ve kontrol gruplarında zedelenmiş otonomi şema alanının OİO “hiçlik” boyutu dışındaki “umut”, “harekete geçme” ve “pişmanlık” boyutları arasındaki ilişkilerde psikolojik esnekliğin rolü yapılan analiz sonuçlarına göre bulunamamıştır.

Kopukluk Şema Alanının OİO Boyutları ile İlişkisinde Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolü

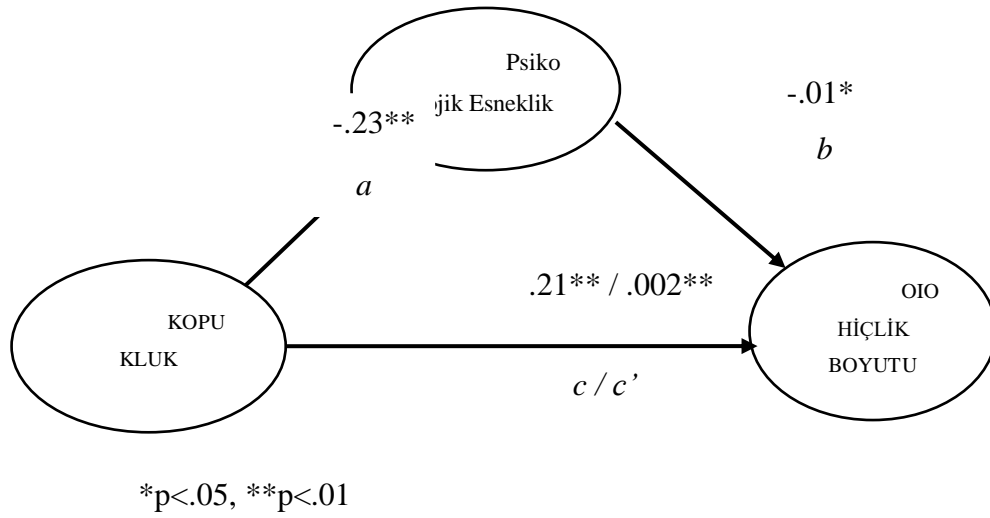
Olgu grubunun, kopukluk şema alanıyla OİO “hiçlik” boyutu ile ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün analiz sonuçları Şekil 6’ da gösterilmektedir.



Şekil 6. Olgu Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi.

Olgu grubunun, kopukluk şema alanıyla OİO “hiçlik” boyutu ile ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün analiz sonuçlarına göre (Şekil 6); kopukluk şema alanının psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkisi vardır ($a = -.16$, $se = .06$, $p < .05$). Bununla birlikte psikolojik esnekliğin OİO “hiçlik” boyutu üzerinde etkisi olumsuzdur ($b = -.11$, $se = .04$, $p < .01$). Doğrudan etki ($c = .10$, $se = .02$, $p < .01$) ve dolaylı etki ($c' = .01$, $se = .02$, $p < .01$) anlamlı bulunmuştur. Bu sonuca göre psikolojik esnekliğin, kopukluk şema alanı ile OİO hiçlik boyutu ilişkisinde düşük düzeyde aracılık rolüne sahip olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

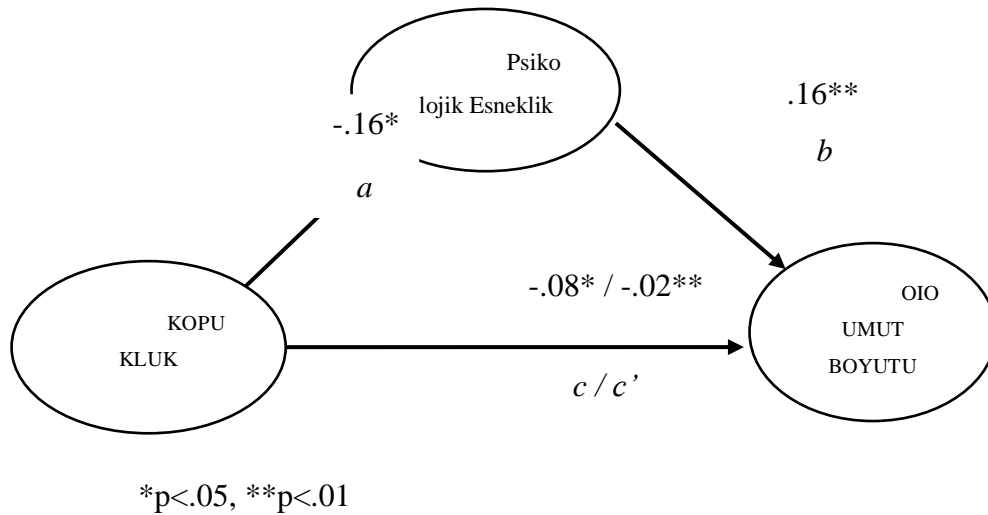
Kontrol grubunun kopukluk şema alanıyla OİO “hiçlik” boyutu ile ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün analiz sonuçları Şekil 7’ de gösterilmektedir.



Şekil 7. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Hiçlik Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğinin Aracılık Analizi

Kontrol grubunun kopukluk şema alanının psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkisi bulunmaktadır ($a = -.23$, $se = .07$, $p < .01$). Psikolojik esnekliğin OİO “hiçlik” boyutu etkisi olumsuzdur ($b = -.01$, $se = .005$, $p < .05$). Doğrudan etki ($c = .021$, $se = .003$, $p < .01$) ve dolaylı etki ($c' = .002$, $se = .002$, $p < .01$) anlamlıdır. Analiz sonuçlarına göre kopukluk şema alanı ile OİO “hiçlik” boyutundaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracılık rolü kontrol grubunda çok düşük düzeyde etkilidir.

Olgu grubunun kopukluk şema alanı ile OİO “umut” boyutu arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracılık rolünün varlığına ilişkin yapılan analiz sonuçları Şekil 8’ de verilmiştir.

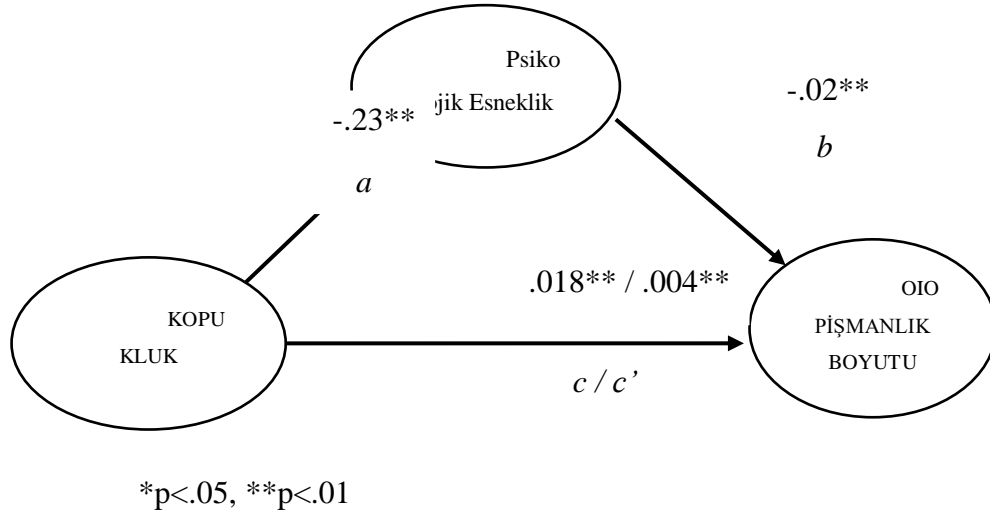


Şekil 8. Olgu Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Umut Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğin Aracılık Analizi.

Olgu grubunun kopukluk şema alanı ile OİO “umut” boyutu arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracılık rolünün varlığına ilişkin yapılan analiz sonuçlarına göre (Şekil 8); kopukluk şema alanının psikolojik esneklik üzerindeki etkisi olumsuzdur ($a=-.16$, $se=.06$, $p<.05$). Olgu grubunun psikolojik esnekliğinin OİO “umut” boyutu üzerinde olumlu etkisi olduğu görülmüştür ($b=.16$, $se=.04$, $p<.01$). Doğrudan etki ($c=-.06$, $se=.03$, $p<.05$) ve dolaylı etki ($c'=-.02$, $se=.01$, $p<.01$) negatif yönlü olarak anlamlıdır. Analiz sonucuna göre psikolojik esnekliğin kopukluk şema alanı ile OİO “umut” boyutu arasındaki ilişkide aracılık rolü çok düşük düzeyde ve negatif yönlüdür.

Kontrol grubunun kopukluk şema alanı ile OİO “umut” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolüne ilişkin yapılan analizlerde anlamlı bir ilişki bulunmamıştır.

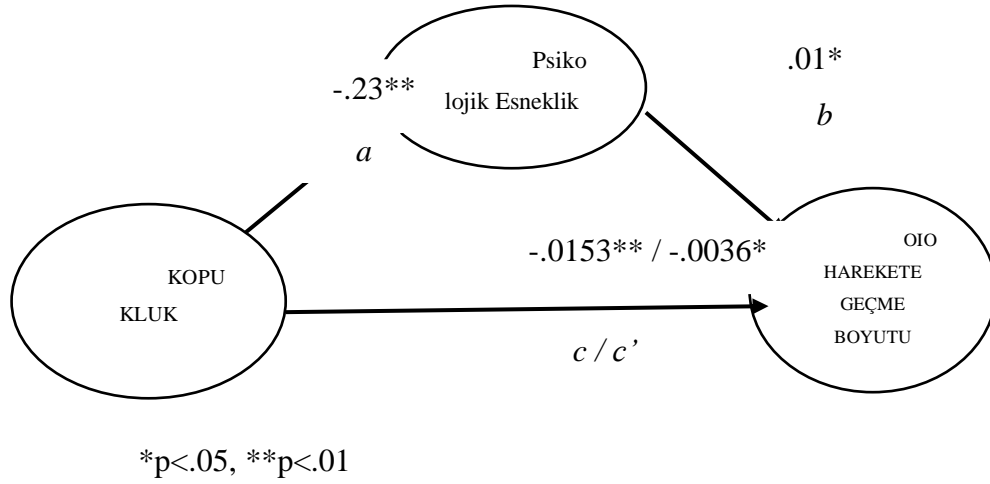
Olgu grubunun kopukluk şema alanı ile OİO “pişmanlık” boyutu arasındaki ilişki de psikolojik esnekliğin aracı rolüne ilişkin yapılan analizlerde anlamlı bir sonuç bulunamamıştır. Fakat kontrol grubunun aynı değişkenlerle yapılan analiz sonucu anlamlı bir sonuç vermiştir. Analiz sonuçları Şekil 9’ da yer almaktadır.



Şekil 9. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı İle OİO Pişmanlık Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğin Aracılık Analizi.

Kontrol grubunda kopukluk şema alanı ile OİO “pişmanlık” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesine yönelik analiz sonuçlarına göre; kopukluk şema alanının psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkisi vardır ($a = -.23$, $se = .07$, $p < .01$). Psikolojik esnekliğin, OİO “pişmanlık” boyutu üzerinde etkisi de olumsuz olarak gözlenmiştir ($b = -.02$, $se = .006$, $p < .01$). Doğrudan etki ($c = .018$, $se = .005$, $p < .01$) ve dolaylı etki ($c' = .004$, $se = .002$, $p < .01$) anlamlıdır. Buna göre psikolojik esnekliğin, kopukluk şema alanı ile OİO “pişmanlık” boyutu arasındaki ilişkide aracılık rolünün analiz sonuçları (Şekil 9) çok düşük düzeyde bir aracılık etkisi gösterdiği yönündedir.

Olgu grubunun kopukluk şema alanı ile OİO “harekete geçme” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolü bulunamamıştır. Kontrol grubunda ise kopukluk şema alanı ile OİO “harekete geçme” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesine yönelik analiz sonuçları Şekil 10’ da gösterilmektedir.



Şekil 10. Kontrol Grubunun Kopukluk Şema Alanı ile OİO Harekete Geçme Boyutu Arasında Psikolojik Esnekliğin Aracılık Analizi.

Kontrol grubunun, kopukluk şema alanı ile OİO “harekete geçme” boyutu ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolünün belirlenmesine yönelik analiz sonuçlarına göre; kopukluk şema alanının psikolojik esneklik üzerinde olumsuz etkisi vardır ($a = -.23$, $se = .07$, $p < .01$). Psikolojik esnekliğin, OİO “harekete geçme” boyutu üzerinde etkisi olumlu olarak gözlenmiştir ($b = .01$, $se = .006$, $p < .05$). Doğrudan etki ($c = -.0153$, $se = .005$, $p < .01$) ve dolaylı etki ($c' = -.0036$, $se = .002$, $p < .05$) anlamlıdır. Bu sonuçlara göre; kopukluk şema alanı ile OİO “harekete geçme” boyutu arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracılık rolünün analiz sonuçları (Şekil 10) çok düşük düzeyde bir aracılık etkisi gösterdiği yönündedir.

Yapılan analizler her iki grupta da yüksek standartlar, zedelenmiş sınırlar ve diğeri yönelimlilik şema alanlarının OİO boyutları ile ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolü olmadığını ortaya koymaktadır.

BÖLÜM V

TARTIŞMA

Bu araştırmada tartışma bölümü iki başlıktan oluşmaktadır. İlk kısımda araştırmaya katılanların kişisel bilgi formu aracılığı ile elde edilmiş sosyo-demografik özellikleri değerlendirilmiştir. İkinci bölümde ise; erken dönem uyumsuz şemalar, ontolojik iyi oluş ve psikolojik esneklik değişkenlerine ilişkin bulgular tartışılmıştır.

Sosyo-demografik Verilerin Değerlendirilmesi

Araştırma olgu ve kontrol araştırması olduğu için değerlendirilmeler de olgu ve kontrol gruplarına göre ayrı ayrı yapılmıştır.

Olgu grubu araştırmaya katılan alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış bireylerden oluşmaktadır. Cinsiyet değişkenine göre olgu grubundaki katılımcıların %93 ü erkek bireylerden oluşmaktadır. Bu durum erkek bireylerin daha fazla alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış olduklarını göstermemektedir. Yalnızca araştırmanın yapıldığı zaman diliminde araştırmanın yapıldığı birimlere başvuran erkeklerin daha çok olduğu şeklinde yorumlanabilir. Bununla beraber Avrupa Uyuşturucu Raporu (EMCDDA, 2020) incelendiğinde hemen her madde bağımlılığında erkeklerin kadınların sayısının beş katına yakın olduğu görülmektedir. Türkiye Uyuşturucu Raporu'nda (TUBİM, 2019) da yine benzer sonuçlar (erkek %95,5; kadın %4,5) yer almaktadır. Alanyazın incelendiğinde madde bağımlılığı üzerine yapılan araştırmaların (Bulut ve ark., 2006; Shorey ve ark., 2011; Bilici ve ark., 2012; Nebioğlu ve ark., 2013; Soyaslan & Özcan, 2019; Albal, 2019) hemen hepsinde bu durum benzerdir.

Araştırmada alkol veya madde bağımlısı katılımcıların 18-25 yaş aralığında %42, 26- 40 yaş %50 oranında oldukları görülmüştür. Son yıllara ait madde kullanım oranlarına bakıldığında; madde kullanımının yüksek oranda 15-34 yaş aralığında yoğunlaştığı (EMCDDA, 2020) saptanmıştır. Örneklemine erkek ağırlıklı ve yaş ortalamalarının 18- 39 yaş aralığında olduğunu gösteren araştırmalar da (Brotchie ve ark., 2004; Hayes, 2004; Ball, 2007; Shorey ve ark., 2011; Nebioğlu ve ark., 2013, Uygur, 2017; Konur, 2018) bu çalışmanın verilerini doğrular niteliktedir.

Araştırmada olgu grubunu oluşturan bağımlıların büyük çoğunluğunun (n=58) bekar olduğu saptandı (Tablo 2). Madde bağımlılığı ile ilgili belli başlı araştırmalarda da (Ball ve ark., 2005; Hayes ve ark., 2004; Ball, 2007; Shorey ve ark., 2011; Jalali ve ark., 2011; Konur, 2018; Albal, 2019) katılımcıların çoğunun bekar olduğu bildirilmektedir.

Bu araştırmada, alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış olan katılımcıların eğitim düzeylerine bakıldığında ortaokul mezunlarının (n=60) daha çok olduğu görülmektedir (Tablo 2). Madde bağımlılarına yönelik yapılan yabancı kaynaklı çalışmalarda (Ball 2007, Ball ve ark. 2005; Shorey ve ark. 2014; Shorey ve ark. 2017) bağımlıların çoğunluğunun temel eğitim yılını tamamladığı ve ortalama eğitim yılının 11-14 yıl arasında değiştiği görülmektedir. Türkiye’de madde bağımlılarıyla yapılan çalışmalarda ise, eğitim düzeyinin 8 yıl ve altı olduğu ve yurtdışında yapılan çalışmalara göre eğitim düzeyinin daha düşük olduğu saptanmıştır (TUBİM, 2019; Nebioğlu ve ark., 2013; Bölek, 2013; Bulut ve ark., 2006; Bilici ve ark., 2012; Karaağaç ve ark., 2017). Bu araştırmada alkol veya madde bağımlılarının çoğunluğunu ortaokul mezunlarının oluşturması ülkemizde yapılan çalışmalardaki eğitim düzeyine yönelik veriler ile uyumludur.

Erken Dönem Uyumsuz Şemalar, Ontolojik İyi Oluş ve Psikolojik Esneklik Değişkenlerine İlişkin Bulguların Tartışılması

Araştırmada erken dönem uyumsuz şema alanları ve alt boyutlarına ilişkin analiz sonuçları Tablo 6’da yer almaktadır. Bu araştırmada olgu grubu olarak nitelendirilen alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış katılımcıların şema alanı puan ortalamaları kontrol grubuna göre daha yüksektir. Petrocelli, Glaser, Calhoun, ve Campbell (2001) tarafından “*depresyonda olan kişilerde kognitif şemalar*“ ile ilgili yapmış oldukları çalışmada “duygusal yoksunluk, iç içe geçme/bağımlılık, yetersiz öz denetim ve başarısızlık” şema alt boyutlarının kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek olduğu sonucuna ulaşmışlardır. Bakhshi & Nikmanesh (2013) tarafından yapılan araştırma sonuçlarına göre, madde bağımlılığı olan kişilerin “terk edilme”, “zedelenmiş sınırlar”, “zedelenmiş otonomi” şema alanları kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde yüksek bulunmuştur. Alkol ve opiyat bağımlılığı tanısı olan kişilerle yapılan başka bir çalışmada (Brotchie ve ark., 2004), bağımlılık tanısı olan kişilerin kontrol grubuna göre şema alanlarıyla birlikte “başarısızlık”, “kendini feda”, “yüksek

standart”, “ayrıcalıklılık/yetersiz özdenetim” alt boyutlarına ait puanlarının anlamlı bir fark oluşturacak şekilde daha yüksek olduğu belirtilmektedir. Jalali ve ark. (2011) tarafından yapılan çalışmada; opiyat bağımlısı olan kişilerde “Sosyal izolasyon/Güvensizlik”, “Kusurluluk”, “İç içe Geçme/Bağımlılık”, “Başarısızlık” alt boyut puanlarının kontrol grubuna göre anlamlı düzeyde fark oluşturduğu belirtilmektedir.

Young ve ark.(2003), şemaların, çocuğun çevresindeki gerçekliğe dayanan temsillerden oluştuğunu ve çocukluğun erken dönemlerinde başladığını belirtmektedirler. Şemaların oluşumunda, çocuklukta anne-baba ilişkilerinin çok katı, duygusal olarak aralarında bir mesafe taşıması ve birbiriyle tutarsızlık göstermesi yani çocuklarına nasıl davrandıkları ile ilişkili olabileceği yönündedir (Soyaslan & Özcan, 2019).

Araştırmada olgu ve kontrol gruplarındaki katılımcıların OİÖ ölçeğine verdiği yanıtların karşılaştırmalı olarak analiz edilmiş olup (Tablo 7); OiO “hiçlik”, “harekete geçme” ve “pişmanlık” boyutlarında anlamlı olarak fark bulunmuştur.

Ontolojik iyi oluşun pişmanlık boyutu, doğrudan geçmiş ile ilişkilidir ve kişinin seçimleri ile ilgili bir duygudur (Lucas, 2004). Geçmişin doyuma ulaşılmış veya suçluluk ve pişmanlık içerisinde hissedilmesinin, psikolojik iyi oluş bakımından önemli olduğu bilinmektedir (Santor & Zuroff, 1994).

Ontolojik iyi oluş, şu anda devam eden, kişi tarafından ortaya çıkarılan, kişinin kendi içinde olan bir durumdur. Bu bağlamda, şimdiki zaman, bireyin yaşam projesinin sürdürülmesinde bir motivasyon şeklindedir. Yüksek motivasyona sahip insanlar kendi yaşam projesine daha bağlı olmaktadır. Motivasyon düşükse veya hiç yoksa, birey de kendisini çıkmazda görebilmekte ve olumsuz duygular yaşayabilmektedir. Gelecek zaman, bu kişiler için iyimser duyguların bir bileşeni şeklinde görülür ve umutlu olmayla yakından ilişkilidir (Kuzu-Taşçı, 2014).

Araştırmada olgu ve kontrol grubunun erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş ilişkisi korelasyon analizi ile belirlenmiş ve gruplar ayrı ayrı değerlendirilerek sonuçlar karşılaştırılmıştır. Bulunan sonuçlara göre, olgu grubunun erken dönem uyumsuz kopukluk şema alanının, OİÖ boyutlarından “hiçlik” ile olumlu yönde bir ilişkisi olduğu sonucu görülmektedir. Bu şema alanındaki kişilerin genel

olarak diğerk kişilerle güvenli, duygusal anlamda bir bağ kurmaları beklenmemektedir. Temel ihtiyaçlar arasında görülen güven, istikrar, sevgi ve aitlik gibi duyguların kendilerinde tam olarak doyurulmadığına inanırlar (Kuzu Taşçı, 2014). OİO “hiçlik” boyutu, kişinin yalnızca yaşamının şimdiki zamanını kabul etmesiyle, yaşamında başka bir gelişme ve ilerleme olmayacağı düşüncesiyle ortaya çıkmaktadır. Bu bağlamda, kopukluk şema alanı puanı yüksek olan kişilerde OİO “hiçlik” puanlarının da yüksek olması beklenen bir durum olarak ortaya çıkmaktadır. Çünkü Kişinin negatif duygu durumu arttıkça hiçlik duygusu artmaktadır (Şimsek & Kocayörük, 2013). Kontrol grubunda da kopukluk şema alanı ile OİO “hiçlik” arasındaki ilişki olumlu yönde bulunmuştur. İki grup karşılaştırıldığında ise kontrol grubundaki katılımcıların kopukluk şema alanı ile OİO “hiçlik” boyutu arasındaki ilişkinin daha yüksek düzeyde olduğu sonucu görülmektedir (Tablo 8). Bağımlılık etkisinin kopukluk şema alanı ile OİO “hiçlik” boyutu ilişkisinde baskılayıcı bir rol oynadığı söylenebilir.

Alanyazında erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş kavramlarını bir arada inceleyen iki çalışmaya rastlanmıştır. Kuzu Taşçı’ya (2014) ait “*Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Depresyon İlişkisinin Açıklanmasında Ontolojik İyi Oluş Değişkeninin Aracı Rolü*” adlı çalışmada, şema boyutlarının “*Sosyal İzolasyon, Onay Arayıcılık, Ayrıcalıklılık, Karamsarlık, Başarısızlık, Kendini Feda ve Duygusal Yoksunluk*” şemaları ile OİO boyutları arasında ilişki bulunmuştur. Diğerk bir çalışmada “*Hükümlü/Tutuklulardaki Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Ontolojik İyi Oluş ve Öfke İlişkisinde Öz şefkatin ve Mutlak Gerçeklik İhtiyacının Aracı Rolünün Belirlenmesi*” adı ile Altun (2016) tarafından gerçekleştirilmiştir. Altun tarafından yapılan araştırmanın sonuçları, bu çalışmada elde edilen kopukluk şema alanı ile ontolojik iyi oluş boyutları arasındaki ilişkiyi destekler niteliktedir.

Araştırma sonuçlarına göre, hem olgu hem de kontrol gruplarında kopukluk şema alanı ile OİO “umut” boyutu arasında olumsuz yönlü bir ilişki olduğu görülmüştür (Tablo 8). Bu ilişkinin düzeyinin her iki grupta da yakındır. Kopukluk şema alanı içinde yer alan duygusal yoksunluk ve kusurluluk şema boyutları ile OİO “umut” boyutu arasında negatif yönlü bir ilişki vardır. Kuzu Taşçı (2014), duygusal yoksunluk yaşayan kişilerin hayata daha karamsar bir gözle baktıklarını ve kendilerini boşlukta hissettiklerini belirtmektedir. Bu kişiler çoğunlukla kendilerini kaybolmuş görebilmekte ve en ufak yaşamla ilgili olaylar karşısında çaresiz olduklarını düşünebilmektedirler. Kusurluluk şema boyutu, kişinin kendini arzlı, diğerklerine göre

kötü, başkalarınca istenmeyen ve değersiz olduğuna ilişkin inanışlar beslediği ve bu inanışlara yönelik oluşan utanç şeması olarak da bilinmektedir. Şemanın kökeninde red edici ebeveyn davranışları bulunmaktadır. OİO “umut” boyutu, kişinin geleceğe bakışıyla ilgili bir boyut olarak göze çarpmaktadır. Negatif duygularla yüklü bir kişinin geleceğe umutla bakamayacağını söylemek mümkündür.

Erken dönem uyumsuz şemaların zedelenmiş otonomi uyumsuz şema alanına ilişkin bulgular olgu grubunda kontrol grubuna göre şema varlığının daha yüksek olduğunu ortaya koymaktadır (Tablo 6). Olgu grubundan zedelenmiş otonomi şema alanının OİO “hiçlik”, “umut” ve “pişmanlık” boyutlarıyla ilişkili olduğu görülmektedir. Aynı şema alanı ile OİO arasındaki ilişki kontrol grubunda incelendiğinde, şema alanının OİO “hiçlik”, “pişmanlık” ve “harekete geçme” boyutlarıyla olan ilişkisi görülmektedir (Tablo 8). Zedelenmiş otonomi şema alanına sahip bireyler, genellikle çocuklukta birlikte yaşadığı aile bireyleri tarafından ya fazla korunmuşlar ya da hiç korunmamışlardır. Bu bireylerin kendi kimliklerini oluşturamadıkları ve kişisel hedeflerini belirlemede güçlük yaşadıkları bilinmektedir (Kuzu Taşçı, 2014). Bu bağlamda, zedelenmiş otonomi şema alanının, olgu grubunda görülen OİO içerisindeki gelecek ile ilgili olan “umut” boyutu ile; kontrol grubunda görülen yaşam projesini ifade eden “harekete geçme” boyutu ile negatif yönlü ilişkiyi açıklamak mümkündür. Korelasyon analizi sonuçlarına göre her iki grupta da zedelenmiş otonomi şema alanı ile OİO “hiçlik” ve “pişmanlık” boyutları arasında olumlu bir ilişki olduğu, kontrol grubundaki ilişkinin ise daha yüksek olduğu görülmüştür. Bu bulgular Kuzu Taşçı (2014) tarafından yapılan araştırmanın bulgularından biri olan zedelenmiş otonomi şema alanının alt boyutları olan duygusal yoksunluk, sosyal izolasyon ile OİO “pişmanlık” boyutu arasındaki ilişkiyi destekler niteliktedir.

Araştırma sonuçları alkol veya madde bağımlılığı olan bireylerin “yüksek standartlar”, “zedelenmiş sınırlar” ve “diğeri yönelimlilik” şema alanları ile OİO boyutları arasında bir ilişki bulunmadığını göstermektedir (Tablo 8).

Genel olarak bakıldığında, bu çalışmada alkol veya madde bağımlılarında şemalar ile OİO boyutları arasında pozitif yönde anlamlı bulunan ilişkiler; kişinin temel duygusal ihtiyaçların karşılanmamasıyla oluşan şemaların, bu ihtiyaçları madde kullanımı ile tamamlamaya çalıştığını, alkol veya madde bağımlılığının şemaların

neden olduğu olumsuz duygularla başa çıkmak ve/veya kaçınmak için yoğun madde kullanımı ile ortaya çıkmış olabileceği düşüncesini doğurmaktadır.

Yapılan çalışmada, alkol veya madde bağımlısı bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile OİO boyutları arasında psikolojik esnekliğin aracı rolü yapılan aracılık analizi ile belirlenmeye çalışılmıştır. Analiz sonuçlarına göre psikolojik esneklik, erken dönem uyumsuz zedelenmiş otonomi ve kopukluk şema alanlarının OİO boyutları ilişkisinde düşük ve/veya çok düşük düzeyde aracılık rolü üstlendiği görülmektedir (Şekil 4 - Şekil 10). Alanyazın incelendiğinde, bağımlılarda şemaların OİO boyutları arasındaki ilişkisinde psikolojik esneklik modelinin aracı rolünün araştırıldığı çalışmaya rastlanmamıştır. Fischer, Smout Ve Delfabbro (2016), yaptıkları çalışmada; şemalar ve psikolojik esneklik modelinin psikopatoloji ilişkisindeki aracı ve düzenleyici rolünü araştırmış ve araştırma modelinin değişkeni olan psikolojik esneklik; yaşantısal kaçınma, bilişsel birleşme, kendinelik ve değerler olmak üzere dört boyut üzerinden değerlendirmişlerdir. Psikolojik esneklik modelinin, şemaların psikopatoloji üzerindeki etkisine tam olarak aracılık ettiğini; şemaların, psikolojik esneklik modelinin psikopatoloji üzerindeki etkisini düzenlediğini saptamışlardır. Altun (2019), madde bağımlılarında şemalar ile bağımlılık şiddeti arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünü incelemiş, Fischer ve ark. tarafından yapılan araştırma bulgularını destekler sonuçlara ulaşmıştır. Altun, şema yaklaşımının ve psikolojik esneklik modelinin görünüşte farklı odak noktaları olmasına rağmen, ortak bir süreci hedeflediklerine ve bağımlılık tedavisinde beraber kullanılabilirliklerini belirtmektedir.

Bu çalışmada alkol veya madde bağımlısı olan bireyler ile kontrol grubunun erken dönem uyumsuz şema alanları ve boyutları ile ontolojik iyi oluş boyutları arasındaki psikolojik esnekliğin aracı rolünün analiz sonuçları incelendiğinde bazı benzerlikler ve farklılıklar bulunmuştur. Olgu ve kontrol grubunun analiz sonuçlarına göre, erken dönem uyumsuz zedelenmiş otonomi ve OİO boyutları arasındaki psikolojik esneklik aracı rolleri benzerdir. Ancak, kopukluk şema alanı ile OİO boyutlarının psikolojik esnekliğin aracı rollerinde farklılıklar vardır. Alkol veya madde bağımlısı bireylerin kopukluk şema alanı ile OİO “hiçlik” ve “umut” boyutları arasındaki ilişkide psikolojik esneklik aracılık rolü üstlenmektedir. Kontrol grubunda, kopukluk şema alanı ile OİO “pişmanlık” ve “harekete geçme” boyutları arasındaki ilişkide psikolojik esneklik aracı rol oynamaktadır.

BÖLÜM VI

SONUÇ VE ÖNERİLER

Sonuç

Bu çalışmada alkol veya madde bağımlılığı tanısı konmuş bireylerin erken dönem uyumsuz şemaların OİO ile ilişkisinde psikolojik esnekliğin aracı rolüne bakılmıştır. İncelenen alanyazın sonrasında ülkemizde alkol veya madde bağımlılılarıyla yapılan erken dönem uyumsuz şemalar ve OİO ilişkisini ele alan bir çalışmaya rastlanmamıştır. Bu bakımdan araştırmanın alanyazın için bir katkı olacağı düşünülmektedir.

Çalışmadan elde edilen bulgulara göre, alkol veya madde bağımlılığı tanısı almış bireylerde erken dönem uyumsuz şema alanlarının kontrol grubuna göre daha yüksek seviyede olduğu sonucuna ulaşılmıştır.

Alkol ve madde bağımlılığı tanısı olan bireylerin, OİO bakımından geçmiş yönelimli olan “pişmanlık” ve kişinin şimdiden daha fazla bir şeyin değişip gelişmeyeceği çıkarımında bulunduğu “hiçlik” boyutlarında kontrol grubuna göre daha yüksek puan ortalamasına sahip oldukları sonucuna ulaşılmıştır.

Erken dönem şema alanları ile ontolojik iyi oluş düzeylerinin korelasyonu incelendiğinde, OİO “hiçlik” boyutunun erken dönem uyumsuz şema alanları ile ilişkide olan en güçlü değişken olduğu sonucuna ulaşılmıştır. Alkol ve madde bağımlılığı tanısı almış bireylere göre kontrol grubunu oluşturan bireylerde, OİO “pişmanlık” boyutu erken dönem uyumsuz şemalar ile olumlu ve orta-yüksek düzeyde ilişkili bulunmuştur.

Çalışmadan çıkarılan en önemli sonuçlardan birisi ise alkol veya madde bağımlılığı tanısı olanların kontrol grubuna göre şema puanları daha yüksek olmasına rağmen, OİO boyutları ile ilişkisinde korelasyonları daha düşüktür. Bunda alkol veya madde etkisinden kaynaklı baskılayıcı bir durumun olduğu söylenebilir.

Son olarak yapılan aracılık analizleri, psikolojik esnekliğin erken dönem uyumsuz şemalar ile OİO boyutları arasındaki ilişkide çok düşük bir aracılık rolünün olduğunu göstermektedir.

Öneriler

Bütün psikopatolojilerde olduğu gibi, alkol ve madde bağımlılığı tedavisinde alkol ve madde kullanımı sadece görünürdeki semptom olarak değerlendirilmelidir. Çalışmadan elde edilen bulgular ve ulaşılan sonuçlar ışığında alkol ve madde bağımlılığının tedavi aşamasında, erken dönem uyumsuz şema alanlarını ve boyutlarını ortaya çıkarmak, uzun süreli olan bu tedavi sürecinde daha kısa süre içinde alkol ve madde kullanım bozukluğuna sebep olan nedenleri anlamayı sağlayabilir. Çünkü alkol veya madde bozukluğunun tekrarlamaması için altta yatan nedenlerin derinlemesine incelenmesi önemlidir.

Çalışmada elde edilen en çarpıcı sonuçlardan biri, OİO “hiçlik” boyutu ile şemalar arasındaki ilişkinin güçlü olmasıdır. Yaşam projesinin içerisinde varoluşsal bir boyut olarak görülen “hiçlik” boyutu, özellikle kişinin kendini değerlendirmesinde önemli olarak görülebilir. Şema odaklı çalışan uzmanların da değerlendirmelerinde varoluşsal olarak kişilerin yaşam projelerini bu bakımdan ele almaları yararlı olabilir.

Bununla birlikte, kişinin var olan şemalarının yanında ontolojik iyi oluş yani yaşam projesini incelemek ve pozitif psikoloji temelinde olumsuz duygular yerine olumlu duyguları göstermek ve bu duyguları pekiştirmek tedavinin etkinliğini arttırabileceği düşünülmektedir.

Bu çalışmada psikolojik esneklik aracılık rolü bakımından incelenmiştir. Daha sonra yapılacak çalışmalarda alkol ve madde bağımlılığı tanısı almış bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile psikolojik esnekliğin doğrudan ilişkisi ve buna etkisi olabilecek bazı değişkenlerin aracılık rolü incelenebilir.

Erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş kavramlarının alanyazın için yeni kavramlar olması, bunların üzerine daha fazla çalışma yapılmasını gerekli kılmaktadır. Alt boyutların ilişkili olduğu yeni değişkenlerin hem araştırma amaçlı hem de klinik amaçlı tespit edilmesi gereklidir.

KAYNAKÇA

- Aaron, D. (2013). Early Maladaptive Schemas and Substance Use: Implications For Assessment and Treatment. *Addictive Disorders & Their Treatment*, 12(4), 193-200.
- Aktepe, M. (2016). Bipolar bozukluk hastalarında psikolojik esneklik. İstanbul: Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Albal, E. (2019). Madde Bağımlılarında Şema Ve Psikolojik Esneklik Yaklaşımlarının Madde Bağımlılığı Şiddetine Etkisi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi Yayınlanmamış Doktora Tezi.
- Altun, S. (2016). Hükümlü /Tutuklulardaki Erken Dönem Uyumsuz Şemaların Ontolojik İyi Oluş ve Öfke İlişkisinde Öz şefkatin ve Mutlak Gerçeklik İhtiyacının Aracı Rolünün Belirlenmesi. İstanbul: Arel Üniversitesi Yayınlanmamış YL Tezi.
- APA. (2013). Mental Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal El Kitabı (DSM-5). (E. Köroğlu, Çev.) Ankara: Hekimler Yayın Birliği.
- Bakhshi, B., & Nikmanesh, Z. (2013). Role of Early Maladaptive Schema Addiction Potential in Youth. *International Journal of High Risk Behaviors and Addiction*, 2, 72-76.
- Balcı, A. (2021). *Sosyal Bilimlerde Araştırma*. Ankara: Pegem Akademi.
- Ball, S. A. (2007). Comparing individual therapies for personality disordered opioid dependent patients. *Journal of Personality Disorders*, 21(3), 305-321.
- Ball, S. A., & Cecero, J. J. (2001). Addicted patients with personality disorders: Traits, schemas and presenting problems. *Journal of Personality Disorders*, 15, 72-83.
- Ball, S., Cobb-Richardson, P., Connolly, A., Bujosa, C., & O'Neill, T. (2005). Substance abuse and personality disorders in homeless drop-in center clients: Symptom severity and psychotherapy retention in a randomized clinical trial. *Comprehensive Psychiatry*, 371-379.
- Beck, A. T. (1967). *Depression: Clinical, experimental and theoretical aspects*. New York: Harper and Row.
- Beck, A. T., Rush, A. J., Shaw, B. F., & Emery, G. (1979). *Cognitive therapy of depression*. New York: Guilford.

- Beyazyürek, M., & Şatır, T. (2000). Madde Kullanım Bozuklukları. *Psikiyatri Dünyası*, 4, 50-56.
- Bilici, R., Uğurlu, G., Tufan, E., Güven, T., & Uğurlu, M. (2012). Bir Bağımlılık Merkezinde Yatarak Tedavi Gören Hastaların Sosyodemografik Özellikleri. *Fırat Tıp Dergisi*, 17(4), 223-227.
- Bölek, S. (2013). Opiyat Bağımlılığı Tedavisinin Madde Kullanımı, Yaşam Kalitesi ve İşlevsellik Üzerine Etkilerinin İncelenmesi. İstanbul: İstanbul Üniversitesi İstanbul Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı, Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Briere, J. (2002). Treating adult survivors of severe childhood abuse and neglect: Further development of an integrative model. J. E. Myers, L. Berliner, J. Breire, C. T. Hendrix, T. Reid, & C. Jenny (Dü) içinde, *The APSAC (American Professional Society on the Abuse of Children) Handbook on Child Maltreatment*. Newbury Park, CA: Sage Publications.
- Brotchie, J., Meyer, C., Copello, A., Kidney, R., & Waller, G. (2004). Cognitive representations in alcohol and opiate abuse: The role of core beliefs. *British Journal of Clinical Psychology*, , 337-342 .
- Bulut, M., Savaş, H., Cansel, N., Selek, S., Kap, Ö., Yumru, M., & Vırıt, O. (2006). Sociodemographic Characteristics of Patients, Applied to Substance Usage Disorders Unit of Gaziantep University. *Bağımlılık Dergisi*, 7(2), 65-70.
- Büyüköztürk, Ş., Kılıç Çakmak, E., Akgün, Ö., Karadeniz, Ş., & Demirel, F. (2020). *Eğitimde Bilimsel Araştırma Yöntemleri (29. baskı)*. Ankara: Pegem Akademi.
- Diener, E. (1984). Subjective well- being. *Psychological Bulletin*, 95(3), 542 – 575.
- Duman, T. N. (2020). Alkol Madde Bağımlılığı ve Psikolojik Müdahale Yöntemleri. Ö. Erdur-Baker, & T. Doğan (Dü) içinde, *Kriz Danışmanlığı* (s. 389-419). Ankara: Pegem Akademi.
- EMCDDA. (2020). *European Drug Report 2020: Trends and Developments* . Luxembourg: Publications Office of the European Union.
- Eryılmaz, A. (2017). Pozitif psikoterapiler. *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 9, 346-363.
- Fledderus, M., Bohlmeijer, E., Fox, J.-P., Schreurs, K., & Spinhoven, P. (2013). The role of psychological flexibility in a self-help acceptance and commitment therapy intervention for psychological distress in a randomized controlled trial. *Behaviour Research and Therapy*, 51(3), 142-151.

- Francis, A. W., Dawson, D. L., & Golijani-Moghaddam, N. (2016). The development and validation of the Comprehensive assessment of Acceptance and Commitment Therapy processes (CompACT). *Journal of Contextual Behavioral Science*, 134-145.
- Frankl, V. E. (2013). *İnsanın anlam arayışı*. (S. Budak, Çev.) İstanbul: Okuyan Us Yayınları.
- Gör, N., Kömürcü, B., & Ertürk, İ. Ş. (2017). Geçmişin Mirası ve Geleceğin Haritası: Erken Dönem Uyumsuz Şemalar. *Nesne*, 5(10), 197-217.
- Griffiths, M. D. (1996). Nicotine, tobacco and addiction. , 384, 18. *Nature*(384), 18.
- Griffiths, M. D. (2005). A 'components' model of addiction within a biopsychosocial framework. *Journal of Substance Use*, 10(4), 191-197.
- Harris, R. (2009). ACT made simple: an easy-to-read primer on Acceptance and Commitment Therapy. *New Harbinger Publication*, 9(13), 26-30.
- Hayes, A. F. (2018). Partial, conditional, and moderated moderated mediation: Quantification, inference, and interpretation. *Communication Monographs*, 85(1), 4-40. doi:10.1080/03637751.2017.1352100
- Hayes, C. (2004). Acceptance and Commitment Therapy, relational frame theory, and the third wave of behavioral and cognitive therapies. *Behavior Therapy*, 35(4), 639-665.
- Hayes, S. C., Strosahl, K., & Wilson, K. G. (1999). *Acceptance and Commitment Therapy: An experiential approach to behavior change*. New York: The Guilford Press.
- Hayes, S., Luoma, J., Bond, F., Masuda, A., & Lillis, J. (2006). Acceptance and Commitment Therapy: Model, processes and outcomes. *Behaviour Research and Therapy*, 44(1), 1-25.
- Hayes, S., Wilson, K., Gifford, E., Bissett, R., Piasecki, M., Batten, S., . . . Gregg, J. (2004). A preliminary trial of twelve-step facilitation and acceptance and commitment therapy with polysubstance-abusing methadone maintained opiate addicts. *Behavior Therapy*, 667-688.
- Hefferon, K., & Boniwell, I. (2014). *Pozitif Psikoloji Kuram, Araştırma ve Uygulamalar*. (T. Doğan, Çev.) Ankara: Nobel Yayın.
- İnce, Z. (2020). Üniversite Öğrencilerinde İnternette Oyun Oynama Türünün Kişilik Bozuklukları, Bilişsel Esneklik ve Psikolojik Esneklikle İlişkisinin İncelenmesi. İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.

- Jalali, M., Zargar, M., Salavati, M., & Kakavand, A. (2011). Comparison of Early Maladaptive Schemas and Parenting Origins in Patients with Opioid Abuse and Non-Abusers. *Iran J Psychiatry*, 54-60.
- Kaba, İ. (2020). Ontolojik İyi-Oluş (Yaşam Projesi). *Psikiyatride Güncel Yaklaşımlar*, 12, 143-154.
- Kaba, İ., Erol, M., & Güç, K. (2018). Yetişkin yaşam doyumu ölçeğinin geliştirilmesi. *Anadolu Üniversitesi Sosyal Bilimler Dergisi*, 18, 1-14.
- Karakuş, S., & Akbay, S. E. (2020). Psikolojik Esneklik Ölçeği: Uyarılma, Geçerlik ve Güvenirlilik Çalışması. *Mersin Üniversitesi Eğitim Fakültesi Dergisi*, 16(1), 32-43.
- Karataşoğlu, S. (2013). "Sosyal Politika Boyutuyla Madde Bağımlılığı. *Türk İdare Dergisi*, 476.
- Khosravani, V., Alvani, A., Seidisarouei, M., Amirinezhad, A., & Shojaee, D. (2017). Early maladaptive schemas, behavioral inhibition/approach systems, and defense styles in the users of natural and synthetic substances and healthy subjects. *Journal of Substance Use*, 168-175.
- Kılıç, F. S. (2016). Bağımlılık ve uyarıcı maddeler. *Osmangazi Tıp Dergisi*, 55-60.
- Konur, N. T. (2018). Madde bağımlısı bireylerin YAşam pozisyonları ile Depresyonları Arasında Ontolojik İyi Oluşun aracılık Rolünün İncelenmesi. İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Köknel, Ö. (1998). *Bağımlılık: Alkol ve Madde Bağımlılığı*. İstanbul: Altın Kitaplar.
- Kuzu Taşçı, D. (2014). Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Depresyon İlişkisinin Açıklanmasında Ontolojik İyi Oluş Değişkeninin Aracı Rolü. İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Küsgülü, Ü. (2014). Üniversite öğrencilerinin mutluluk, umut ve narsisizm düzeylerinin incelenmesi (Yüksek lisans tezi). Tokat, Gaziosmanpaşa Üniversitesi.
- Lucas, M. (2004). Existential regret: A crossroads of existential anxiety and existential guilt. *Journal of Humanistic Psychology*, 44, 58-70.
- Luoma, J. B., Hayes, S. C., & Walser, R. D. (2010). *Learning ACT: An Acceptance & Commitment Therapy skills-training manual for therapists*. New Harbinger Publications, 60, 549-552. Oakland, CA: New Harbinger Publications.

- Nebioğlu, M., Yalnız, H., Güven, F., & Geçici, Ö. (2013). Opiyat Bağımlılarında Diğer Maddelerin Kullanımı ve Sosyodemografik Özellikler ile İlişkisi. *TAF Preventive Medicine Bulletin*, 35-42.
- Ögel, K., Karalı, A., Tamar, D., & Çakmak, D. (1998). *Alkol ve Madde El Kitabı*. İstanbul. Temmuz 2, 2021 tarihinde ogelk.net/Dosyadepo/gpktp8.pdf adresinden alındı
- Petrocelli, J., Glaser, B., Calhoun, G., & Campbell, L. (2001). Cognitive Schemas as Mediating Variables of the Relationship Between The Self-Defeating Personality and Depression. *Journal of Psychopathology and Behavioral Assessment*, 183–91.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2004). SPSS and SAS procedures for estimating indirect effects in simple mediation models . *Behavior Research Methods*, 36(4), 717-31.
- Preacher, K. J., & Hayes, A. F. (2008). (2008). Asymptotic and resampling strategies for assessing and comparing indirect effects in multiple mediator models. *Behavior Research Methods*, 40(3), 879-91.
- Riskind, J. H., & Alloy, L. (2006). Cognitive vulnerability to psychological disorders: Overview of theory, design, and methods. *Journal of Social and Clinical Psychology*, 25(7), 705-725.
- Riso, L. P., Raouf, M., Gable, P., Maddux, R. E., Turini-Santorelli, N., & Cherry, M. (2006). The Long-Term Stability of Early Maladaptive Schemas. *Cognitive Therapy and Research*, 30(4), 515–529.
- Roper, L., Dickson, J., Tinwell, C., Booth, P., & McGuire, J. (2010). Maladaptive cognitive schemas in alcohol dependence: Changes associated with a brief residential abstinence program. *Cognitive Therapy and Research*, 34, 207-215.
- Santor, D. A., & Zuroff, D. C. (1994). Depressive symptoms: Effects of negative affectivity and failing to accept the past. *Journal of Personality Assessment*, 63(2), 294-312.
- Seligman, M. E. (1998). *Learned optimism*. . New York: Pocket Books.
- Seligman, M. E. (2002). *Positive psychology, positive prevention, and positive therapy*. *Handbook of Positive Psychology*. New York: Oxford University Press.

- Sezgin, E., Evren, C., Çınar, Ö., Küçükgöncü, S., & Bayram, M. K. (2010). Two cases with antiepileptic barbexoclon (maliasin®) addiction. *Düşünen Adam: The Journal of Psychiatry and Neurological Sciences*, 128-132.
- Shorey, R., Anderson, S., & Stuart, G. (2011). Early maladaptive schemas in substance use patients and their intimate partners: A preliminary investigation. *Addictive Disorders & Their Treatment*, 10, 169-179.
- Shorey, R., Elmquist, J., Gawrysiak, M., Strauss, C., Haynes, E., Anderson, S., & Stuart, G. (2017). A Randomized Controlled Trial of a Mindfulness and Acceptance Group Therapy for Residential Substance Use Patients. *Substance Use & Misuse*, 1400-1410.
- Soyaslan, B. D., & Özcan, C. T. (2019). Madde kullanım bozukluğu olan kişilerde erken dönem uyumsuz şemalar ile öfke düzeyleri arasındaki ilişkinin incelenmesi. *Psikiyatri Hemşireliği Dergisi*, 117-123.
- 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*, 75-84.
- Şaşmaz, İ. B. (2014). Erken dönem uyumsuz şemaların ve duygu düzenleme güçlüğü'nün borderline kişilik bozukluğu ve bipolar bozukluk üzerindeki yordayıcı etkisi. İstanbul: Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Şimsek, Ö. F., & Kocayörük, E. (2013). Affective Reactions to One's Whole Life: Preliminary Development and Validation of the Ontological Well-Being Scale. *Journal of Happiness Studies*, 309-343.
- Şimşek, Ö. F. (2009). Happiness Revisited: Ontological Well-Being as a Theory-Based Construct of Subjective Well-Being. *Journal of Happiness Studies*, 505-522.
- Terzi, Ş., & Ergüner-Tekinalp, B. (2013). *Psikolojik danışmada güncel yaklaşımlar*. Ankara: Pegem Akademi.
- TUBİM. (2019). *Türkiye Uyuşturucu Raporu*. Ankara: EGM Yayın katoloğu no 78.
- Uygur, H. (2017). Madde Kullanımı Ve Psikolojik Esneklik Modelinin İlişkisi: Kabul Ve Eylem Formu Madde Versiyonu (Kef-M) Türkçe Geçerlik ve Güvenirliği. Konya: Yayınlanmamış Tıpta Uzmanlık Tezi.
- Uzday, İ. T. (1996). Alkol, Farmakolojik Özellikleri ve Alkol Bağımlılığının Nörofarmakolojik Yönü. *Ege Psikiyatri Süreli Yayınları (Alkol Kullanım Bozuklukları ve Tedavisi)*, 227-254.

- Ümmet, D. (2020). Esrar, Uçucu Madde, Kokain ve Crack (taş) Bağımlılığı. A. Eryılmaz, & M. E. Deniz (Dü) içinde, *Tüm Yönleriyle Bağımlılık* (s. 170-186). Ankara: Pegem Akademi.
- Ünal, B. (2012). Early Maladaptive Schemas and Well-Being: Importance of Parenting Styles and Other Psychological Resources. Ankara: Middle East Technical University İnstitute of Social Sciences, Yayınlanmamış Yüksek Lisans Tezi.
- Yavuz, F. K. (2015). Kabul ve kararlılık terapisi: Genel bir bakış. *Türkiye Klinikleri Psikiyatri Özel.*, 8(2), 21-27.
- Yavuzer, Y. (2020). Alkol Bağımlılığı. A. Eryılmaz, & M. E. Deniz (Dü) içinde, *Tüm Yönleriyle Bağımlılık* (s. 132-169). Ankara: Pegem Akademi.
- Young, J. (1990). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema – focused approach*. Sarasota; FL: Professional Resource Press.
- Young, J. E. (1999). *Cognitive therapy for personality disorders: A schema-focused approach (3rd edition)*. . Florida, FL : Professional Resource Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2003). *Schema therapy: A practitioner's guide*. New York: The Guilford Press.

EK-1: Katılımcı Bilgilendirme Formu**Katılımcı Bilgilendirme Formu**

Değerli Katılımcı; bu çalışma ile Alkol veya madde bağımlısı bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesi amaçlanmaktadır. Araştırma tamamen akademik niteliklidir ve çalışmadan elde edilecek veriler bilimsel amaçlı kullanılacaktır.

Bu araştırmaya katılımınız tamamen gönüllülük esasına dayanmaktadır. Çalışma esnasında doldurmanız için size ölçekler verilecektir. Ölçeklerde kimlik bilgileriniz alınmayacaktır ve sorulara verdiğiniz cevaplar gizli tutulacaktır.

Yanıtlarınızı doğru bir şekilde doldurmanız bu çalışmanın sonuçlarının toplum için yararlı bir bilgi olarak kullanılmasını sağlayacaktır. Konu ile ilgili şahsıma aşağıdaki iletişim adresinden mail yoluyla ulaşabilirsiniz.

Desteğiniz için teşekkür ederim.

Psikolog Nazlı UYANIK
Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Bölümü
E-posta: nazliuyanik83@gmail.com

YUKARIDAKİ BİLGİLERİ OKUDUM. BUNLAR HAKKINDA BANA YAZILI VE SÖZLÜ AÇIKLAMALAR YAPILDI. BU KOŞULLARDA SÖZKONUSU ARAŞTIRMAYA KENDİ RIZAMLA, HİÇBİR BASKI VE ZORLAMA OLMASIZIN KATILMAYI KABUL EDİYORUM.

TARİH:

İmza:

EK-2: KİŞİSEL BİLGİ FORMU

Sayın Katılımcı,

Yakın Doğu Üniversitesi Sosyal Bilimler Enstitüsü Klinik Psikoloji Yüksek Lisans Programında yürüttüğüm tez çalışmam için araştırma yapmaktayım. Aşağıda sunulan her bir ölçeği yanıtlamaya geçmeden önce ölçek başlarında sunulan açıklamaları dikkatle okuyunuz. Aşağıdaki her bir soruyu dikkatlice okuyarak kendiniz için uygun olan parantezin içerisine (X) işareti koyunuz ve boş olan yerlere uygun olan cevapları yazınız. Lütfen ölçeklerdeki her cümleyi cevapladığınızdan emin olunuz. Aşağıdaki ankette yer alan soruların hepsini cevaplamanız bu araştırmanın sonuçları açısından önem taşımaktadır.

Araştırmamız açısından gizlilik ilkesi gereği anket formları üzerine ad ve soyadı yazılması gerekmemektedir. Vereceğiniz yanıtlar sadece araştırmacı tarafından bilimsel veri amacıyla kullanılacaktır.

Katılımınız için teşekkür ederim.

Psikolog Nazlı UYANIK
Yakın Doğu Üniversitesi Klinik Psikoloji Bölümü
E-posta: nazliuyanik83@gmail.com

1. Cinsiyetiniz:

Kadın () Erkek ()

2. Yaşınız: 18-25 yaş () 26-40 yaş () 41-55yaş () 55yaş ve üstü ()

3. Medeni Durum:

Evli () Bekar () Boşanmış ()

4. Sosyoekonomik Durum:

Düşük () Orta () Orta-Yüksek () Yüksek ()

5. Öğrenim durumunuz?

İlkokul () Ortaokul () Lise () Ön lisans () Lisans () Yüksek lisans / Doktora ()

6. Kullandığınız bağımlılık yapıcı maddeleri lütfen yazınız:

.....

7. Ne kadar süredir madde kullanıyorsunuz?

8. Yetiştirdiğiniz aile tipi hangisidir?

() Çekirdek aile (anne-baba-kardeşler)

() Geniş aile (anne-baba-kardeşler-akrabalar)

() Bölünmüş aile (anne- baba boşanmış)

EK-3: Young Şema Ölçeği Kısa Formu- 3 (YŞÖ- KF3)

Yönerge: Aşağıda kişilerin kendilerini tanımlarken kullandıkları ifadeler sıralanmıştır. Lütfen her bir ifadeyi okuyun ve sizi ne kadar tanımladığına karar verin. Emin olamadığınız sorularda neyin doğru olabileceğinden çok, sizin duygusal olarak ne hissettiğinize dayanarak cevap verin. Birkaç soru anne ve babanızla ilişkiniz hakkındadır. Eğer biri ya da her ikisi şu anda yaşamıyorsa bu soruları o veya onlar hayatta iken ilişkinizi göz önüne alarak cevaplandırın. 1' den 6' ya kadar olan seçeneklerden sizi tanımlayan en yüksek şıkkı seçerek her sorudan önce yer alan boşluğa yazınız.

Derecelendirme:

1. Benim için tamamıyla yanlış
2. Benim için büyük ölçüde yanlış
3. Bana uyan tarafı uymayan tarafından biraz fazla
4. Benim için orta derecede doğru
5. Benim için çoğunlukla doğru
6. Beni mükemmel şekilde tanımlıyor

1. _____ Bana bakan, benimle zaman geçiren, başıma gelen olaylarla gerçekten ilgilenen kimsem olmadı.
2. _____ Beni terk edeceklerinden korktuğum için yakın olduğum insanların peşini bırakmam.
3. _____ İnsanların beni kullandıklarını hissediyorum.
4. _____ Uyumsuzum.
5. _____ Beğendiğim hiçbir kadın/erkek, kusurlarımı görürse beni sevmez.
6. _____ İş (veya okul) hayatımda neredeyse hiçbir şeyi diğer insanlar kadar iyi yapamıyorum.
7. _____ Günlük yaşamımı tek başıma idare edebilme becerisine sahip olduğumu hissetmiyorum.
8. _____ Kötü bir şey olacağı duygusundan kurtulamıyorum.
9. _____ Anne babamdan ayrılmayı, bağımsız hareket edebilmeyi, yaşitlarım kadar, başaramadım.
10. _____ Eğer istediğimi yaparsam, başımı derde sokarım diye düşünürüm.
11. _____ Genellikle yakınlarıma ilgi gösteren ve bakan ben olurum.
12. _____ Olumlu duygularımı diğerlerine göstermekten utanırım (sevdiğimi, önemseddiğimi göstermek gibi).
13. _____ Yaptığım çoğu şeyde en iyi olmalıyım; ikinci olmayı kabullenemem.

14. ____ Diğer insanlardan bir şeyler istediğimde bana “hayır” denilmesini çok zor kabullenirim.
15. ____ Kendimi sıradan ve sıkıcı işleri yapmaya zorlayamam.
16. ____ Paramın olması ve önemli insanlar tanıyor olmak beni değerli yapar.
17. ____ Her şey yolunda gidiyor görünse bile, bunun bozulacağını hissederim.
18. ____ Eğer bir yanlış yaparsam, cezalandırılmayı hakkederim.
19. ____ Çevremde bana sıcaklık, koruma ve duygusal yakınlık gösteren kimsem yok.
20. ____ Diğer insanlara o kadar muhtacım ki onları kaybedeceğim diye çok endişeleniyorum.
21. ____ İnsanlara karşı tedbiri elden bırakmam yoksa bana kasıtlı olarak zarar vereceklerini hissederim.
22. ____ Temel olarak diğer insanlardan farklıyım.
23. ____ Gerçek beni tanırlarsa beğendiğim hiç kimse bana yakın olmak istemez.
24. ____ İşleri halletmede son derece yetersizim.
25. ____ Gündelik işlerde kendimi başkalarına bağımlı biri olarak görüyorum.
26. ____ Her an bir felaket (doğal, adli, mali veya tıbbi) olabilir diye hissedyorum.
27. ____ Annem, babam ve ben birbirimizin hayatı ve sorunlarıyla aşırı ilgili olmaya eğilimliyiz.
28. ____ Diğer insanların isteklerine uymaktan başka yolum yokmuş gibi hissedyorum; eğer böyle yapmazsam bir şekilde beni reddederler veya intikam alırlar.
29. ____ Başkalarını kendimden daha fazla düşündüğüm için ben iyi bir insanım.
30. ____ Duygularımı diğerlerine açmayı utanç verici bulurum.
31. ____ En iyisini yapmalıyım, “yeterince iyi” ile yetinemem.
32. ____ Ben özel biriyim ve diğer insanlar için konulmuş olan kısıtlamaları veya sınırları kabul etmek zorunda değilim.
33. ____ Eğer hedefime ulaşamazsam kolaylıkla yılgınlığa düşer ve vazgeçerim.
34. ____ Başkalarının da farkında olduğu başarılar benim için en değerlisidir.
35. ____ İyi bir şey olursa, bunu kötü bir şeyin izleyeceğinden endişe ederim.
36. ____ Eğer yanlış yaparsam, bunun özürü yoktur.
37. ____ Birisi için özel olduğumu hiç hissetmedim.
38. ____ Yakınlarımin beni terk edeceği ya da ayrılacağından endişe duyarım
39. ____ Herhangi bir anda birileri beni aldatmaya kalkışabilir.
40. ____ Bir yere ait değilim, yalnızım.

41. ____ Başkalarının sevgisine, ilgisine ve saygısına değer bir insan değilim.
42. ____ İş ve başarı alanlarında birçok insan benden daha yeterli.
43. ____ Doğru ile yanlış birbirinden ayırmakta zorlanırım.
44. ____ Fiziksel bir saldırıya uğramaktan endişe duyarım.
45. ____ Annem, babam ve ben özel hayatımız birbirimizden saklarsak, birbirimizi aldatmış hisseder veya suçluluk duyarız
46. ____ İlişkilerimde, diğer kişinin yönlendirici olmasına izin veririm.
47. ____ Yakınlarımla o kadar meşgulüm ki kendime çok az zaman kalıyor.
48. ____ İnsanlarla beraberken içten ve cana yakın olmak benim için zordur.
49. ____ Tüm sorumluluklarımı yerine getirmek zorundayım.
50. ____ İsteddiğimi yapmaktan alıkonulmaktan veya kısıtlanmaktan nefret ederim.
51. ____ Uzun vadeli amaçlara ulaşabilmek için şu andaki zevklerimden fedakarlık etmekte zorlanırım.
52. ____ Başkalarından yoğun bir ilgi görmezsem kendimi daha az önemli hissederim.
53. ____ Yeterince dikkatli olmazsanız, neredeyse her zaman bir şeyler ters gider.
54. ____ Eğer işimi doğru yapmazsam sonuçlara katlanmam gerekir.
55. ____ Beni gerçekten dinleyen, anlayan veya benim gerçek ihtiyaçlarım ve duygularımı önemseyen kimsem olmadı.
56. ____ Önem verdiğim birisinin benden uzaklaştığını sezersem çok kötü hissederim.
57. ____ Diğer insanların niyetleriyle ilgili oldukça şüpheliyimdir.
58. ____ Kendimi diğer insanlara uzak veya kopmuş hissediyorum.
59. ____ Kendimi sevebilecek biri gibi hissetmiyorum.
60. ____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar yetenekli değilim.
61. ____ Gündelik işler için benim kararlarıma güvenilemez.
62. ____ Tüm paramı kaybedip çok fakir veya zavallı duruma düşmekten endişe duyarım.
63. ____ Çoğunlukla annem ve babamın benimle iç içe yaşadığını hissediyorum. Benim kendime ait bir hayatım yok.
64. ____ Kendim için ne istediğimi bilmediğim için daima benim adıma diğer insanların karar vermesine izin veririm.
65. ____ Ben hep başkalarının sorunlarını dinleyen kişi oldum.

66. _____ Kendimi o kadar kontrol ederim ki insanlar beni duygusuz veya hissiz bulurlar.
67. _____ Başarmak ve bir şeyler yapmak için sürekli bir baskı altındayım.
68. _____ Diğer insanların uyduğu kurallara ve geleneklere uymak zorunda olmadığımı hissediyorum.
69. _____ Benim yararına olduğunu bilsem bile hoşuma gitmeyen şeyleri yapmaya kendimi zorlayamam.
70. _____ Bir toplantıda fikrimi söylediğimde veya bir topluluğa tanıtıldığımda onaylanılmayı ve takdir görmeyi isterim.
71. _____ Ne kadar çok çalışırsam çalışayım, maddi olarak iflas edeceğimden ve neredeyse her şeyimi kaybedeceğimden endişe ederim.
72. _____ Neden yanlış yaptığının önemi yoktur; eğer hata yaptıysam sonucuna da katlanmam gerekir.
73. _____ Hayatımda ne yapacağımı bilmediğim zamanlarda uygun bir öneride bulunacak veya beni yönlendirecek kimsem olmadı.
74. _____ İnsanların beni terk edeceği endişesiyle bazen onları kendimden uzaklaştırırım.
75. _____ Genellikle insanların asıl veya art niyetlerini araştırırım.
76. _____ Kendimi hep grupların dışında hissederim.
77. _____ Kabul edilemeyecek pek çok özelliğim yüzünden insanlara kendimi açamıyorum veya beni tam olarak tanımalarına izin vermiyorum.
78. _____ İş (okul) hayatımda diğer insanlar kadar zeki değilim.
79. _____ Ortaya çıkan gündelik sorunları çözebilme konusunda kendime güvenmiyorum.
80. _____ Bir doktor tarafından herhangi bir ciddi hastalık bulunmamasına rağmen bende ciddi bir hastalığın gelişmekte olduğu endişesine kapılıyorum.
81. _____ Sık sık annemden babamdan ya da eşimden ayrı bir kimliğimin olmadığını hissediyorum.
82. _____ Haklarıma saygı duyulmasını ve duygularımın hesaba katılmasını istemekte çok zorlanıyorum.
83. _____ Başkaları beni, diğerleri için çok, kendim için az şey yapan biri olarak görüyorlar.
84. _____ Diğerleri beni duygusal olarak soğuk bulurlar.

85. _____ Kendimi sorumluluktan kolayca sıyıramıyorum veya hatalarım için gerekçe bulamıyorum.
86. _____ Benim yaptıklarımın, diğer insanların katkılarından daha önemli olduğunu hissediyorum.
87. _____ Kararlarım nadiren sadık kalabilirim.
88. _____ Bir dolu övgüler ve iltifat almam kendimi değerli birisi olarak hissetmemi sağlar.
89. _____ Yanlış bir kararın bir felakete yol açabileceğinden endişe ederim.
90. _____ Ben cezalandırılmayı hak eden kötü bir insanım.

EK-4: Ontolojik İyi Oluş Ölçeği

Lütfen yaşamınızı geçmişi, bugünü ve geleceğiyle kişisel bir proje olarak düşünün. Her proje gibi, yaşamınızın da tamamlanmış (**GEÇMİŞ**), yaşanmakta olan (**ŞİMDİ**) ve yaşanacak (**GELECEK**) parçaları söz konusudur. Sizden beklenen, bu parçaların her birine kendi içinde bir bütün olarak baktığınızda, verilen duyguları ne kadar yoğun hissettiğinizi aşağıdaki ölçeği dikkate alarak derecelendirmenizdir.

YAŞAM PROJEMİN

TAMAMLANMIŞ KISMINA

BAKTIĞIMDA

	Hiç Hissetmiyorum	Biraz Hissediyorum	Yoğun Hissediyorum	Oldukça Yoğun Hissediyorum	Çok Yoğun Hissediyorum
01. Gurur duyuyorum	1	2	3	4	5
02. Hayal kırıklığı hissediyorum	1	2	3	4	5
03. Tatmin yaşıyorum	1	2	3	4	5
04. <i>Pişmanlık</i> hissediyorum	1	2	3	4	5
05. Üzüntü duyuyorum	1	2	3	4	5
06. Suçluluk hissediyorum	1	2	3	4	5
07. Yetersizlik hissediyorum	1	2	3	4	5

YAŞAM PROJEMİN YAŞAMAKTA OLDUĞUM

KISMINA BAKTIĞIMDA

08. Yorgun hissediyorum	1	2	3	4	5
09. Coşkulu hissediyorum	1	2	3	4	5
10. Amaçsız hissediyorum	1	2	3	4	5
11. Kaybolmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
12. Motive olmuş hissediyorum	1	2	3	4	5
13. Enerjik hissediyorum	1	2	3	4	5
14. Heyecanlı hissediyorum	1	2	3	4	5
15. Sorumsuz hissediyorum	1	2	3	4	5
16. Bomboş hissediyorum	1	2	3	4	5
17. Kaygılı hissediyorum	1	2	3	4	5
18. Çaresiz hissediyorum	1	2	3	4	5

YAŞAM PROJEMİN

GELECEĞİNİ

DÜŞÜNDÜĞÜMDE

19. Umutlu hissediyorum	1	2	3	4	5
20. Güçlü hissediyorum	1	2	3	4	5
21. Kendinden emin hissediyorum	1	2	3	4	5
22. Cesur hissediyorum	1	2	3	4	5
23. Dört gözle beklediğimi hissediyorum	1	2	3	4	5
24. Hevesli hissediyorum	1	2	3	4	5

EK-5: Psikolojik Esneklik Ölçeği

Aşağıda psikolojik esneklik düzeyinizi ölçmeye ilişkin ifadeler yer almaktadır. Sizden, kendi yaşantınızı dikkate alarak aşağıdaki ifadeleri değerlendirmeniz istenmektedir. Her bir maddeye katılma durumunuza göre 7 aralıklı ölçek üzerinde, ilgili rakam üzerine çarpı (X) koyarak gösteriniz.

Hiç Katılmıyorum 1-----2-----3-----4-----5-----6-----7 Tamamen Katılıyorum	Hiç katılmıyorum							Tamamen katılıyorum
	1	2	3	4	5	6	7	
Benim için neyin önemli olduğunu ve hayatımda gelmek istediğim noktayı biliyorum.	1	2	3	4	5	6	7	
Duygu ve düşüncelerin ortaya çıkmasını engellemek için bir şeylerle meşgul olmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7	
Olumsuz duygular hissettiğimde dikkatimi dağıtmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7	
Duygu ve düşüncelerimi değiştirmeksizin, onları olduğu gibi kabullenebilirim.	1	2	3	4	5	6	7	
Zorlayıcı duygu, düşünce veya hisleri ortaya çıkarabilecek durumlardan kaçınmaya çalışırım.	1	2	3	4	5	6	7	
Üzüntü verici duyguları uzak tutmak için elimden geleni yaparım.	1	2	3	4	5	6	7	
Stresli olsa bile, tercihlerimi benim için neyin önemli olduğuna dayanarak yaparım.	1	2	3	4	5	6	7	
İş veya görevlerimi, ne yaptığımı farkında olmaksızın, otomatik bir şekilde yaparım.	1	2	3	4	5	6	7	
Yaşamayı seçtiğim önemli değerlere sahibim.	1	2	3	4	5	6	7	
Duygu ve düşüncelerimi kontrol etmek yada onlardan kaçınmak yerine, onları olduğu gibi kabul edebilirim.	1	2	3	4	5	6	7	
Düşünceler sadece düşüncelerdir-yaptıklarımı kontrol etmezler.	1	2	3	4	5	6	7	
Aklıma gelen düşünce, duygu ve hisler ne olursa olsun, onları değiştirmeden ve onlara karşı çıkmadan tam anlamıyla deneyimlemeye razıyım.	1	2	3	4	5	6	7	
Kişisel değerlerim doğrultusunda hareket ederim.	1	2	3	4	5	6	7	
Düşüncelerime öyle takılırım ki en çok yapmak istediğim şeyleri yapamam.	1	2	3	4	5	6	7	
Düşüncelerimin, yapmak istediğim şeyleri engellemesine izin vermem.	1	2	3	4	5	6	7	

Yapması zor olsa bile, benim için anlamlı olan şeylerin sorumluluğunu alırım.	1	2	3	4	5	6	7
Kendim hakkındaki bir düşüncemetam olarak uymak zorunda değilim.	1	2	3	4	5	6	7
Ne yaptığımın pek farkında olmadan otomatik hareket ediyordum gibi görünür.	1	2	3	4	5	6	7
Hayatta benim için gerçekten önemli olan şeyleri belirler ve onların peşinden giderim.	1	2	3	4	5	6	7
Benim için anlamlı olan etkinlikleri çok dikkatimi vermeden aceleyle yaparım.	1	2	3	4	5	6	7
Bir şey benim için önemli ise onu yapmaya devam edebilirim.	1	2	3	4	5	6	7
Şu anda yaşananlara odaklanmakta zorlanırım.	1	2	3	4	5	6	7
Geçmiş ya da gelecek ile çok meşgul olduğumdan, kendimi şu an olanları kaçıırken bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
En büyük hedeflerimden biri bana acı veren duygularımdan kurtulmaktır.	1	2	3	4	5	6	7
Benim için oldukça önemli olsalar da, kendimi, o işi dikkatimi vermeden yaparken bulurum.	1	2	3	4	5	6	7
Değerlerim, davranışlarıma tamamıyla yansır.	1	2	3	4	5	6	7
İlerleme yavaş olsa bile, zaman gerektiren uzun vadeli planlarıma sadık kalabilirim.	1	2	3	4	5	6	7
Hayatımı nasıl yaşamak istediğimle uyumlu bir şekilde hareket ederim.	1	2	3	4	5	6	7

EK-6: Ölçekler İçin Kullanım İzinleri

Young Şema Ölçeği Kısa Formu kullanım izni hk. Gelen Kutusu x



Nazlı Uyanık <nazliuyanik83@gmail.com>

7 Mart Paz 11:27 (3 gün önce)

Alıcı: goncasoygut v

Merhaba hocam,
Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji ana bilim dalında yüksek lisans öğrencisiyim.
Çalışmasını yapmış olduğunuz "Young Şema Ölçeği Kısa Formu"nu tez araştırmamda kullanmak için izninizi almak istiyorum.
İyi günler dilerim.

Psikolog Nazlı UYANIK



Gonca Soygüt

8 Mart Pzt 11:04 (2 gün önce)

Alıcı: ben v

Merhaba kullanabilirsiniz,

İyi günler dilerim,

Prof. Dr. Gonca Soygüt, PhD

Yanıtla: Ontolojik İyi Oluş Ölçeği Kullanım İzni Hk. Gelen Kutusu x



Ömer Faruk Şimşek

8 Mart Pzt 10:01 (2 gün önce)

Alıcı: ben v

Nazlı tabii ki kullanabilirsin ölçeğimi, ilgin için teşekkürler, başarılar dilerim.

Açık 7.03.2021 11:30:14, Nazlı Uyanık <nazliuyanik83@gmail.com> yazdı:

Merhaba hocam,
Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji ana bilim dalında yüksek lisans öğrencisiyim.
Çalışmasını yapmış olduğunuz "Ontolojik İyi Oluş Ölçeği"ni tez araştırmamda kullanmak için izninizi almak istiyorum.
İyi günler dilerim.

Psikolog Nazlı UYANIK

Psikolojik Esneklik Ölçeği Kullanım İzni hk.

Nazlı Uyanık <nazliuyanik83@gmail.com>

9 Mart Sal 14:25 (20 saat önce)

Alici: karakussena ▾

Merhaba hocam,

Yakın Doğu Üniversitesinde Klinik Psikoloji ana bilim dalında yüksek lisans öğrencisiyim.

Çalışmasını yapmış olduğunuz "Psikolojik Esneklik Ölçeği"ni tez araştırmamda kullanmak için izninizi almak istiyorum.

İyi günler dilerim.

Psikolog Nazlı UYANIK

Ölçek Kullanım İzni Hakkında Gelen Kutusu x

Sena Karakuş

9 Mar 2021 17:28 (17 saat önce)

Alici: ben ▾

Merhaba hocam, tabi ki ölçeği kullanabilirsiniz ölçeğin güncel değerlendirmesinin yer aldığı formunu ekte paylaşıyorum. Değerlendirme sürecinde yolladığımı kullanmanızı tavsiye ederim. Makaleye göre ufak değişiklik var çünkü. İyi çalışmalar dilerim.

 Psikolojik Esneklik Ölçeği.docx
33 KB

EK-7: Araştırma İzin Belgesi

DENİZLİ İL SAĞLIK MÜDÜRLÜĞÜ İZİN BELGESİ

Taraflar:

Bu protokol Denizli İl Sağlık Müdürlüğü ile Psikolog Nazlı UYANIK arasında düzenlenmiştir.
Çalışmanın gerçekleştirileceği kurum/kuruluşlar:
Denizli Devlet Hastanesi

Çalışmanın Adı: "Alkol/Madde Bağımlısı Bireylerde Erken Dönem Uyumsuz Şemalar ile Ontolojik İyi Oluş Arasındaki İlişkide Psikolojik Esnekliğin Aracı Rolünün İncelenmesi"

Bu çalışmayı yürütecek kişi/kişiler: Psikolog Nazlı UYANIK
Protokolün Hükümleri

- Bu protokol ilimiz sınırları içinde Denizli İl Sağlık Müdürlüğüne bağlı kurum ve kuruluşlarda verilen hizmetleri, yapılan koruyucu sağlık hizmeti çalışmalarını ya da yapılan kayıtlar sonucu elde edilen istatistik verileri içeren ve kurum personeli ve/veya kuruma başvuran kişilerle yapılacak anket çalışmalarını kurala bağlamak amacı ile düzenlenmiştir.
- Yapılacak bilimsel çalışma proje aşamasında iken Denizli İl Sağlık Müdürlüğü tarafından değerlendirilecektir.
- Çalışma uygulanırken kapsam dışı hiçbir veri toplanmayacaktır.
- Veri toplama sırasında İl Sağlık Müdürlüğü personelinin de yararlanılacaksa ayrıca İl Sağlık Müdürlüğünden onay alınacaktır.
- Çalışma yayım/tez haline getirilmeden önce İl Sağlık Müdürlüğü'nün ilgili birimi tarafından verilerin analizi değerlendirilecektir. Toplum sağlığı açısından sakıncalı verilerin yayınlanması kısıtlanabilecektir.
- Çalışma üniversite veya kurum tarafından kabul edildikten sonra bir nüshası kitapçık halinde Denizli İl Sağlık Müdürlüğüne teslim edilecektir.
- Çalışmayı yapacak olan kişi e ve f maddelerini yerine getirmedeği takdirde kurumumuza ait veriler yayım/proje/tez vs gibi bilimsel bir çalışmada kullanılmayacaktır.
- Çalışma esnasında her tür ilaç uygulaması veya girişim için gerek hastanın kendisi ya da yasal vasisinden gerekse etik kuruldan onay alınacaktır.
- Araştırma verileri, sözel yada yazılı olarak kullanıldığında ilgili kurum/kurumların (Hastane, Sağlık Müdürlüğü vs.) ismi zikredilmeyecektir.
- 6698 sayılı Kişisel Verilerin Korunması ve Kişisel Verilerin İşlenmesi ve Mahremiyeti Yönetmeliği çerçevesinde ve kimlik bilgilerinden arındırılmış olarak kullanılması gerekmektedir.

Protokolün süresi:

- Bu çalışmanın yürütücüsü kurumumuzda 1 ay süre ile çalışmasını yürütecektir.
- Başlangıç 01 Haziran 2021 /Bitiş 30 Haziran 2021
- Protokol, çalışmanın taraflarca planlanan ve kabul edilen süresi ile sınırlıdır. Uzatılması ancak yeni bir protokole bağlıdır.
- Şartlarda oluşabilecek değişikliklere bağlı olarak İl Sağlık Müdürlüğü protokolü daha önce de sonlandırabilir.

Sözleşme Şartlarına Aykırılık:

Protokol süresince yapılacak çalışmalar sırasında, yapılan çalışmayı devam ettiren kişi ya da kişiler aynı olacaktır. Saha çalışmasına katılan ve protokolle tespit edilen kişide değişiklik yapılması ya da yeni kişinin çalışmaya dâhil edilmesi ancak Denizli İl Sağlık Müdürlüğü onayı ile mümkün olabilecektir, ya da protokol iptal edilecektir. İlgili hükümler ihlal edildiğinde, protokolle imzası ve beyanı bulunan ilgili kişiler hakkında Denizli İl Sağlık Müdürlüğüne; kamu kurumlarının çalışmalarına ait verilerin kamudaki gizlilik ilkelerine ve resmi işleyiş esaslarına aykırı davranıldığı gerekçesiyle adli merciler nezdinde suç duyurusunda bulunulacaktır.

İhtilafların çözümü:

Protokolün uygulanması ile ilgili çıkabilecek sorunların çözümü konusunda Denizli ilindeki idari yargı mercileri yetkilidir.
İlgili protokol hükümlerini ve cezai müeyyidelerini okudum ve kabul ettim.

28.05.2021
Psikolog Nazlı UYANIK

N. Uyanık

28.05.2021
Uz. Dr. İbrahim EMREOĞLU
Kamu Hastaneleri Hizmetleri Başkanı

OLUR
28.05.2021
Uz. Dr. Berna ÖZTÜRK
Sağlık Müdürü

İNTİHAL RAPORU

ALKOL VEYA MADDE BAĞIMLISI OLAN BİREYLERDE ERKEN DÖNEM UYUMSUZ ŞEMALAR İLE ONTOLOJİK İYİ-OLUŞ ARASINDAKİ İLİŞKİDE PSİKOLOJİK ESNEKLİĞİN ARACI ROLÜNÜN İNCELENMESİ

ORJİNALLİK RAPORU

% **15** BENZERLİK ENDEKSİ % **15** İNTERNET KAYNAKLARI % **6** YAYINLAR % ÖĞRENCİ ÖDEVLERİ

BİRİNCİL KAYNAKLAR

1	hdl.handle.net İnternet Kaynağı	%3
2	www.journalagent.com İnternet Kaynağı	%2
3	emreayar.com İnternet Kaynağı	%2
4	nesnedergisi.com İnternet Kaynağı	%2
5	dergipark.org.tr İnternet Kaynağı	%1
6	www.psikguncel.org İnternet Kaynağı	%1
7	openaccess.maltepe.edu.tr İnternet Kaynağı	%1
8	dspace.baskent.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1

9	9lib.net İnternet Kaynağı	<%1
10	halenurkilic.net İnternet Kaynağı	<%1
11	pam.arel.edu.tr İnternet Kaynağı	<%1
12	Susan M. McHale. "Cultural Orientations, Daily Activities, and Adjustment in Mexican American Youth", Journal of Youth and Adolescence, 25(2000)	<%1

ETİK KURUL RAPORU



YAKIN DOĞU ÜNİVERSİTESİ
BİLİMSEL ARAŞTIRMALAR ETİK KURULU

05.04. 2021

Sayın Nazlı Uyanık

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu'na yapmış olduğunuz YDÜ/SB/2021/958 proje numaralı ve **“Alkol/madde bağımlısı bireylerde erken dönem uyumsuz şemalar ile ontolojik iyi oluş arasındaki ilişkide psikolojik esnekliğin aracı rolünün incelenmesi”** başlıklı proje önerisi kurulumuzca değerlendirilmiş olup, etik olarak uygun bulunmuştur. Bu yazı ile birlikte, başvuru formunuzda belirttiğiniz bilgilerin dışına çıkmamak suretiyle araştırmaya başlayabilirsiniz.

Prof. Dr. Rüştü Onur

Yakın Doğu Üniversitesi

Bilimsel Araştırmalar Etik Kurulu Başkanı